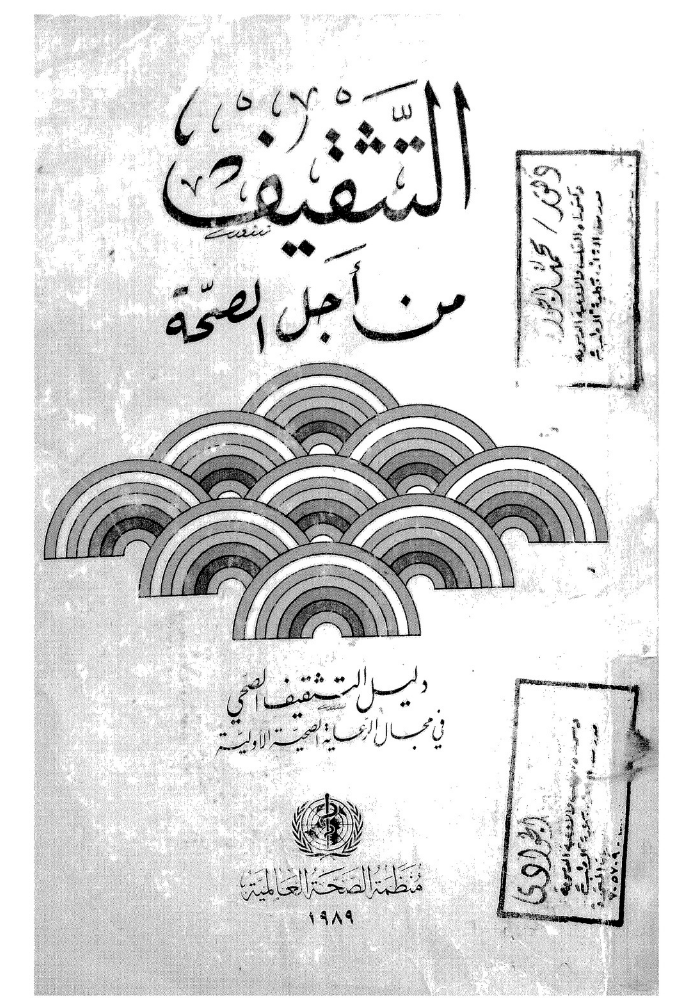

التثقيف
من أجل الصحة
دليل التثقيف الصحي
في مجال الرعاية الصحية الأولية
منظمة الصحة العالمية
١٩٨٩

اهداءات ١٩٩٦

د/ محمد محمد الجوادي

مدرس القلب بطب الزقازيق



دليل التثقيف الصحي
في مجال الرعاية الصحية الأولية

Education for health

A manual on health education in primary health care

صدرت الطبعة الأصلية عن
المقر الرئيسي لمنظمة الصحة
العالمية ، جنيف ، ١٩٨٨



صدرت الطبعة العربية عن
المكتب الإقليمي لشرق البحر
المتوسط ،الإسكندرية، ١٩٨٩

ISBN 92-9021-071-0

إن التسميات المستخدمة والبيانات الواردة في هذا الكتاب لا تعبر اطلاقاً عن رأي الأمانة العامة لمنظمة الصحة العالمية فيما يتعلق بالوضع القانوني لأي بلد أو اقليم أو مدينة أو منطقة ، أو سلطاتها ، أو بشأن تحديد حدودها أو تخومها .

كما أن ذكر شركات أو منتجات تجارية معينة لا يعني أنها معتمدة أو موصى بها من قبل منظمة الصحة العالمية ، تفضيلاً لها على سواها مما يماثلها ولم يرد ذكره . وفيما عدا الخطأ والسهو تميز أسماء المنتجات المسجلة الملكية بوضع خط تحتها .

طبع في مصر

المحتوى

شكر وتقدير

أعدت الطبعة الأولى لهذا الدليل بموجب عقد أُبْرم بين منظمة الصحة العالمية والمركز الإقليمي الإفريقي للتثقيف الصحي بجامعة إيبادان في نيجيريا . وقد قام ثلاثة من أعضاء هيئة التدريس هم الدكتور ج. د. أدينيي والسيد و.ر. بريجر والسيد ب.ا. باسي بكتابة النص الأصلي تحت اشراف رئيس القسم الأستاذ أ.ب.و.و. أويديران . وصمّم الرسوم التخطيطية س. إياي أوجيديران . وتمّ اختبار الوثيقة بصفة مبدئية من قبل الزائرات الصحيات والمشرفات الحقليات وممرضات المجتمع في مركز إيجبو – اورا الصحي الريفي التابع لمشروع ايبارابا بجامعة إيبادان .

وقد وزعت منظمة الصحة العالمية مايربو على مئة نسخة من المسودة الأصلية في جميع أنحاء العالم وطلبت التعليق عليها في عام ١٩٨٠ . وبعد ورود التعليقات المنشودة تولى الكاتب و.ر. بريجر والمحرر ا. كابلان والرسام ج. أوبرسون إعداد طبعة منّقحة من الدليل . وقامت منظمة الصحة العالمية بطبعه وتوزيع ٧٠٠٠ نسخة منه في عام ١٩٨٤ .

ثم تولى و.ر. بريجر مع هـ.د أوجدن إجراء التعديلات النهائية للنص بناء على التغذية الراجعة من الطبعة المبدئية .

هذا وقد شارك مركز جون ج. سباركمان للتثقيف الدولي في حقل الصحة العامة ببرمنجهام ، ألاباما ، في الولايات المتحدة الأمريكية في نشر هذا الدليل بمقتضى إتفاق التعاون المعقود بين المركز وبين منظمة الصحة العالمية .

رسالة من المدير العام لمنظمة الصحة العالمية[1]

لن تتحسن الصحة على الصعيد العالمي مالم يشارك الناس أنفسهم في وضع وتنفيذ الخطط اللازمة للحفاظ على صحتهم ورعايتها ، وما لم يكن لهم رأي في كل ذلك . ولكن المشاركة لا تأتي من فراغ .

فإلى أي مدى نحن جادون في إشراك الأفراد والعائلات والمجتمعات في رعاية صحتهم ؟ وهل نحن مستعدون ذهنياً ومهنياً لأن نصغي إلى إهتماماتهم وأن نتعرف على الأمور التي يشعرون بأهميتها ، وأن نقاسمهم المعلومات المفيدة وأن نشجعهم وندعمهم ؟ وهل نحن على إستعداد لإسداء العون إليهم في انتقاء الحلول البديلة ، وفي تحديد أهدافهم وتقييم جهودهم ؟

ما زالت الإجابة عن هذه الأسئلة بالنفي حتى وقتنا الحاضر . وفي مقدورنا أن نمضي قدماً من دون توقف في وضع الخطط : بيد أنه لن يتحقق أي شيء مالم يدرك جميع العاملين الصحيين وجميع المشرفين الصحيين وكبار العاملين في القطاعات الأخرى حقيقة ما ينطوي عليه الأمر .

ولتخطي هذه العوائق أطرح متطلبات ثلاثة :

المتطلب الأول هو أنه ينبغي للعاملين الصحيين أن يدركوا تمام الإدراك أن مفهوم الرعاية الصحية الأولية ينطوي على أدوار جديدة ، وأن عليهم أن ينظروا إلى الأمور بمنظار جديد . فعلينا أن لا نهتم بالوقاية من الأمراض ومكافحتها وحسب بل أن نهتم كذلك بتحسين الصحة ورعايتها . بل علينا فوق كل ذلك أن نهتم بالتنمية عموماً وبالناس كافة . ولابد لنا أن نبني التكنولوجيات الصحية على أساس ما يريده الناس ويحتاجونه . وبمعنى آخر يتعين على العاملين الصحيين أن يتعلموا أولاً وقبل كل شيء كيف يقومون بتسهيل أعمال الأفراد والعائلات والمجتمعات . ولابد لنا أن نكف عن محاولة صياغة النظم والبرامج للمجتمعات من دون أن نحس إحساساً حقيقياً وعميقاً

(١) نشرت هذه الرسالة لأول مرة في الطبعة الافتتاحية للرسالة الإخبارية المعنونة « التثقيف من أجل الصحة » التي تصدرها منظمة الصحة العالمية بالتعاون مع مركز جون ج. سباركمان للتثقيف الدولي في حقل الصحة العامة ، برمنجهام ، ألاباما ، الولايات المتحدة الأمريكية .

بالجوانب الإجتماعية للمشاكل الصحية أو العقبات الاقتصادية ، ناهيك عن التنافر الثقافي الذي غالباً ما يكون عقبة كأداء في سبيل تنفيذ تلك البرامج .

والمطلب الثاني هو أنه ينبغي للعاملين الصحيين أن يتقبلوا أدوارهم الجديدة . بل عليهم أيضاً أن يحرصوا على « تجربة تلك الأدوار » وتكييفها وتوسيع نطاقها وأن يجددوا في أسلوب المشاركة . ولابد أن ينصب اهتمامهم على إيجاد الوسائل اللازمة لمساعدة الأفراد والمجتمعات على تنمية الاعتماد على الذات . وينبغي أن يكون واضحاً أن الدعوة للاعتماد على الذات في الأمور الصحية لا تعني التخلي عن مسؤولياتنا وإلقاءها على عاتق الآخرين . فلكل فرد من عامة الناس والمهنيين كيانه الأساسي ، ولا يمكن أن يحل أحدهم محل الآخر بل لابد أن يعمل الجميع معاً .

وهذا يقودني إلى ثالث المتطلبات : فلابد أن يكتسب العاملون الصحيون المهارات الضرورية للاضطلاع بهذه الأدوار الجديدة بكفاءة وللانتفاع على خير وجه من المعرفة المتاحة . ويستدعي ذلك إيجاد العدد الكافي من المدرِّبين الملمين إلماماً تاماً بالخبرات المتراكمة ، والحريصين على إيتاء ذلك النوع الجيّد من الإعداد المهني المطلوب . كما يستدعي ذلك أيضاً أن يحظى هذا التدريب بالمساندة الكاملة من قبل المديرين الصحيين .

الدكتور **هافدن ماهلر**

المدير العام

لمنظمة الصحة العالمية

مقـــدمة

إن الهدف الذي تعهدت منظمة الصحة العالمية وجميع أعضائها من الدول بتحقيقه هو توفير « الصحة للجميع بحلول سنة ألفين » . ولا يمكن بلوغ هذا الهدف الحفاز إلا إذا عمل العاملون الصحيون والناس أنفسهم مع بعضهم البعض على نحو فعال .

ولقد حُددت الرعاية الصحية الأولية على أنها وسيلة بلوغ هذا الهدف . فالرعاية الصحية الأولية تسعى إلى الوفاء بالاحتياجات الصحية الأساسية لأكبر عدد ممكن من الناس ، بأقل تكلفة ممكنة . وهي تشمل أعمال المراكز الصحية والعيادات والمستوصفات وعيادات الأطباء في المجتمعات المحلية وفي الأحياء . ومن ناحية أخرى فإنها تتضمن أيضاً ما يستطيع الأفراد والعائلات عمله لأنفسهم .

وهذا هو السياق الذي يحتل فيه التثقيف والتواصل من أجل الصحة مركزاً خاصاً من الأهمية ، لأن الحقيقة هي أن الأفراد والعائلات – لا الأطباء والعاملين الصحيين الآخرين – هم الذين يتخذون معظم القرارات الهامة التي تؤثر في صحتهم . فالأمهات تقررن ما تقدمنه من غذاء لعائلاتهن ، وطريقة إعداده . والعائلات تقرر متى تلجأ إلى طبيب أو عيادة وإلى أين تذهب ، وما إذا كانت تتبع ، أو لا تتبع ، التعليمات التي تتلقاها من عامل صحي .

وإذا كان لهذه الملايين من القرارات اليومية أن تُتخذ بحكمة ، فيلزم أن يزوّد الناس بالمعرفة والمهارات الضرورية لممارسة المسؤولية الفردية والمجتمعية . وعلى ذلك . فإن الرعاية الصحية الأولية تهتم اهتماماً عظيماً بتعزيز الصحة وبالتثقيف الصحي .

ولتحقيق المشاركة الفعالة من جانب المجتمع المحلي والأفراد ، يلزم عمل شيئين :

- فيلزم الحكومات أن تسهّل المزيد من مشاركة المجتمع المحلي في اتخاذ القرارات .
- ويحتاج الناس إلى العلم بإمكاناتهم لتحسين صحتهم بجهودهم الشخصية .

والأمر الأول – القرار الحكومي – قضية سياسية في بادىء الأمر ، ولكن ما أن تقرر الحكومة التعهد بإشراك المجتمع المحلي في مسؤوليات الصحة والتنمية ، حتى تصبح المسألة قضية تواصل . « فالجميع » في « الصحة للجميع » يعني « كل شخص » . ففي كل بلد تقريباً ، توجد وسائل إعلام ، يمكنها أن تطالع كل الناس بأن السياسة

الوطنية تعطيهم الحق كل الحق في الإسهام في ضمان صحتهم ، وأن ذلك في ذات الوقت واجبهم . ويجب أن يعلم الناس أن حكومتهم تطلب مساعدتهم في النهوض بالصحة .

والأمر الثاني قضية تثقيفية أساساً . فالناس يحتاجون إلى معرفة كيف ينفذون هذا التفويض لمنفعتهم الشخصية . وهذا يتضمن اتخاذ أنماط معينة من السلوك وأساليب الحياة المفيدة لصحة الأفراد والعائلات والأحياء والمجتمعات المحلية . كما ينطوي على المساعدة التثقيفية في إيجاد سبل أكثر فاعلية لتنظيم التدابير المناسبة على المستوى المحلي للتعرف على المشاكل الصحية المحلية ومعالجتها .

وكما اقترح من قبل ، يجب أن تكون الأهداف الرئيسية للتثقيف من أجل الصحة هي تمكين الناس من :

- تحديد مشاكلهم واحتياجاتهم ،
- وإدراك ما يستطيعون عمله حيال هذه المشاكل بمواردهم الخاصة مقترنة بدعم خارجي ،
- تقرير أنسب إجراء لتعزيز المعيشة الصحية ورفاهية المجتمع المحلي .

استخدام هذا الدليل

إن التثقيف الصحي أساسي للرعاية الصحية الأولية ، التي هي بالتالي الوسيلة الأساسية لتحقيق « الصحة للجميع » . وعلى ذلك فالتثقيف الصحي واجب حيوي من واجبات عمال صحة المجتمع وغيرهم من العاملين المجتمعيين الذين يشاركون في الرعاية الصحية الأولية .

وهذا الكتاب موجه أساساً لأمثال هؤلاء العاملين في كل المجتمعات الحضرية والريفية . وهو يقدم من الإرشادات والأفكار ما يستطيع موظفو الصحة العمومية وممرضات المجتمع المحلي وعمال الإرشاد الزراعي وغيرهم من القائمين بالتثقيف من أجل الصحة ، مواءمته للاستخدام في مجتمعاتهم .

وهو معدّ أيضاً ليساعدهم على تطوير البرامج التدريبية والدعم التقني لعمال صحة المجتمع . وبهذه الطريقة يمكن نقل المهارات والتقنيات المناسبة إلى الرجال والنساء الذين يمكنهم استخدامها في جهودهم على صعيد المجتمع المحلي .

وختاماً ، إن المأمول أن يوضح هذا الدليل الرابطة بين جهود التثقيف الصحي والتواصل على جميع المستويات من المستوى الوطني إلى المستوى المحلي . ويمكن للتعبيرات الوطنية عن التعهد بتوفير الصحة للجميع أن تساعد في توطيد مناخ يحث الناس في أحياء الحضر وفي القرى الريفية على العمل معاً من أجل الصحة . ويمكن للعامل الصحي أن يستفيد من هذه الروح للارتقاء بمشروعات محددة .

إن هذا الدليل معد بصفة خاصة لمساعدة القارىء على :

- إدماج طرائق التعلم الفعال وأساليبه في خدمات تخطيط الرعاية الصحية الأولية وتوصيلها إلى الناس وتقييمها .
- تصميم الأنشطة الصحية وتنفيذها وتقييمها بمشاركة الجماعات والأفراد واستخدام طرائق تتناسب مع الثقافة المحلية وترتكز على الموارد المتاحة .
- نقل مهارات التثقيف وإعداد البرامج إلى عمال صحة المجتمع وإلى المجتمع ككل .
- تعزيز التآثر الفعال بين التثقيف الفردي من شخص إلى شخص على مستوى المجتمع المحلي وبين التواصل مع جمهور أكبر من خلال وسائل إعلامية ذات طبيعة محلية أو اقليمية أو وطنية .

والتركيز في التثقيف الصحي ينصب على أساليب الحياة والسلوك . وسوف نجد في هذا الدليل أن :

- الفصل الأول يتناول العلاقة بين الصحة وسلوك الأفراد والجماعات والمجتمعات المحلية . وهو يبين أهمية فهم الأسباب العديدة لسلوك الناس .
- والفصل الثاني يتناول التثقيف الصحي بوصفه « عمل مع الناس » بإقامة علاقات طيبة واجتناب التحيز ومعرفة كيف يتم التواصل بوضوح ، وكيف يعزز الأسلوب القائم على المشاركة لتحقيق أهدافهم .
- والفصل الثالث يستعرض المهارات اللازمة لتخطيط العمل المتعلق بالصحة . وتتضمن هذه المهارات جميع المعلومات ، وتقرير الأولويات ، ووضع الأهداف ، واتخاذ الإجراءات وتقييم النتائج .
- والفصل الرابع يتناول التثقيف الصحي بوصفه عملية تقديم النصيحة للأفراد والعائلات .

- والفصل الخامس يتناول طرائق التثقيف الصحي للمجموعات ، ومنها جماعات المجتمع المحلي الرسمية وغير الرسمية ، وتلاميذ المدارس ، والعاملين معاً في نفس المكان ، وفرق الرعاية الصحية ذاتها . وتشمل الطرائق أيضاً طرائق تدريب المجموعات .
- والفصل السادس يناقش أساليب وتقنيات العمل مع المجتمع المحلي ككل .
- وأخيراً يصف الفصل السابع الطرائق المختلفة للتثقيف الصحي التي يمكن أن تستخدم في تعزيز اتخاذ القرار الحكيم وتحسين السلوك الصحي . وهو يعالج طرائق التواصل الفردي بين شخص وآخر ، واستخدام وسائل الإعلام ، والجمع الفعال بين هذين الأسلوبين .

مفهوم الرعاية الصحية الأولية

تنطوي فلسفة الرعاية الصحية الأولية على بعض القيم الأساسية الشاملة لعملية التنمية برمتها ، ولكن مع التركيز على تطبيقها في الحقل الصحي ، على النحو التالي :

- الصحة ترتبط ارتباطاً أساسياً بمدى توافر الموارد وتوزيعها – ولا نعني بذلك الموارد الصحية كالأطباء والممرضات والعيادات والأدوية فحسب بل أيضاً الموارد الإجتماعية والاقتصادية مثل التعليم والتزويد بالمياه والطعام .
- ومن ثمّ تُعنى الرعاية الصحية الأُولية بضمان توزيع الموارد الصحية والإجتماعية توزيعاً عادلاً ، مع الأخذ في الإعتبار أولئك الذين هم في أمسِّ الحاجة لهذه الرعاية .
- الصحة جزء لا يتجزأ من التنمية الشاملة . ومن ثمّ فإن العوامل المؤثرة في الصحة هي عوامل إجتماعية وثقافية واقتصادية وكذلك بيولوجية وبيئية .
- إن تحقيق صحة أفضل يتطلب المزيد من المشاركة من قبل الناس أنفسهم سواءً كانوا أفراداً أو عائلات أو مجتمعات ، في القيام بأعمال من جانبهم عن طريق اتباع السلوك الصحي وصيانة البيئة الصحية .

الرعاية الصحية الأولية هي المستوى الأول لاتصال الأفراد والأسرة والمجتمع بالنظام الصحي الوطني ، وهي تقرب الرعاية الصحية بقدر الإمكان إلى حيث يعيش الناس ويعملون ، وتشكّل العنصر الأول في عملية متصلة من الرعاية الصحية .

والرعاية الصحية الأولية هي المدخل إلى بلوغ جميع شعوب العالم بحلول سنة ألفين مستوى من الصحة يمكنّها من أن تحيا حياة منتجة اجتماعياً واقتصادياً .

إعلان ألما آتا ١٩٧٨

السلوك الصحي و التثقيف الصحي

علينا أن نفكر في أمور عديدة عندما نريد مساعدة الأفراد والعائلات والمجتمعات على الوقاية من المرض وتحسين الصحة .

إن نشر الدعوة إلى ما ينبغي أن يفعله الناس ليكونوا أصحاء أمر ضروري . ولكنه ليس بكاف . فعلينا أن نفهم أنه في كثير من الأوضاع لا يكون الفرد هو وحده الذي يحتاج إلى تغيير . فهناك أمور أخرى تؤثر في سلوك الناس ، فالمكان الذي يعيشون فيه ، والناس الآخرون المحيطون بهم والعمل الذي يؤدونه ، وما إذا كانوا قادرين على كسب ما يكفيهم من المال – كل هذه أمور بالغة الأثر ولابد أن نأخذها بعين الاعتبار .

وعلى ذلك فإن واجبنا بالدرجة الأولى هو الإنصات والعلم والفهم .

وفي هذا الفصل سوف نتعرف على ما يلي :

- العوامل المؤثرة في الصحة والمرض بما فيها تصرفات الناس أنفسهم (الصفحات ٣–٧) .
- ما يدفع الناس إلى اتخاذ السلوك الذي يتخذونه (الصفحات ٧–١٧) .
- التغيّرات التي تطرأ على السلوك إما بطريقة طبيعية وإما عن طريق إجراء مقصود (الصفحات ١٨–٢٠) .
- أساليب مساعدة الناس على تحسين سلوكهم (الصفحات ٢٠–٢٤) .

ثم نناقش بعد ذلك :

- ما نعنيه حقاً بالتثقيف الصحي (الصفحات ٢٤–٢٧) .
- من هو المثقّف الصحي (الصفحتان ٢٨–٢٩) .

الصحة والمرض والسلوك

إن إحدى الخلفيات الهامة للعمل الصحي هي معرفة ما يجعل الناس أصحاء ويصون صحتهم ولماذا يمرضون[1] .

الأخطار المحيطة بالصحة

يعلّمنا التدريب الأساسي في مجال الصحة أن هناك كثيراً من الأشياء التي تهدد الصحة ، ومن أمثلتها تلك المدرجة في القائمة التالية ، ولعلك تستطيع أن تفكر في المزيد منها :

الأشياء الحيّة

الكائنات الحيّة الدقيقة مثل الجراثيم والفيروسات والفطريات والديدان والأميبات التي قد تغزو الجسم عن طريق التماس (الملامسة) أو البلع أو التنفس أو عن طريق العض والخدش من قبل الحشرات وغيرها من الكائنات الحيّة وتسبب المرض .

إن عضات ولسعات بعض الحيوانات ، مثل العقارب وبعض الثعابين والنحل وقناديل البحر والعناكب ، خطرة على الصحة .

قد يسبب أكل أو ملامسة بعض النباتات تسمماً أو طفحاً .

المواد غير الحيّة

إن ملامسة أو بلع أو استنشاق بعض المواد مثل الكيروسين ومبيدات الحشرات والغازات والمخصبات والرصاص والأحماض قد تسمم الجسم أو تضر به .

إن الكحول والسجائر والمخدرات والعقاقير التي تؤخذ لأسباب غير طبية مثل المارجوانا بل حتى بعض الأدوية (مالم تتعاط بطريقة صحيحة) تسبب أمراضاً بدنية أو نفسية .

أحداث الطبيعة

تسبب الفيضانات والزلازل والعواصف وغيرها من الأحداث إصابات ووفيات .

(١) انظر أيضاً « عامل صحة المجتمع » ، منظمة الصحة العالمية ، الاسكندرية ، ١٩٨٩ .

وأثناء عملية تقدم العمر الطبيعية يضعف الجسم البشري ويزيد احتمال تعرضه للمرض .

العوامل البيئية التي يحدثها الإنسان

إن مواقد الطهو غير المحميّة والبيوت المزدحمة والبواليع المفتوحة والقوارير المكسورة وأنصال السكاكين العارية والطرق والمباني رديئة البناء يمكن أن تُفضي إلى الحوادث .

إن العمل المضني المنهِك وظروف العائلة والمجتمع قد تسبب أمراضاً بدنية أو نفسية .

الوراثـة

يمكن أن تورث بعض الأمراض ، مثل فقر الدم المنجلي والداء السكري وبعض أشكال التخلف العقلي . فتنتقل خصائص المرض من الأم أو الأب أو من كلا الوالدين إلى الطفل .

إن العوامل آنفة الذكر تستطيع أن تسبب أمراضاً أو إصابات إلا أنها لا تكفي وحدها لإحداث ذلك . فعندما توجد النار المكشوفة والجراثيم والكيروسين وغيرها من الأشياء الخطرة في البيئة لا يتعرض الناس بالضرورة للإصابة ولا يصابون بالضرورة بالمرض . ولو عرف الناس كيف يتعاملون مع هذه الأشياء الخطرة لاستطاعوا أن يتحاشوا كثيراً من المتاعب .

السلوك الصحي وغير الصحي

يبقى الناس أصحاء أو يمرضون نتيجة لتصرفهم أو سلوكهم في أكثر الأحيان .

ونورد هنا بعض الأمثلة التي تبين كيف يمكن لتصرفات الناس أن تحفظ عليهم صحتهم :

- إن غسل الأيدي والأطباق بالماء النقي والصابون يقضي على بعض الجراثيم المسببة للمرض .
- إن استعمال الكلة (الناموسية) ورش المبيدات الحشرية يساعد على إبعاد البعوض الحامل للمرض .

- إن إبقاء قوارير الكيروسين بعيداً عن متناول صغار الأطفال يجنبهم خطر الشرب منها وتسميم أنفسهم .
- إن حماية مواقد الطهو بعناية من عبث الأطفال تقلل من نسبة التعرض لخطر الحروق .

وفي نطاق التثقيف الصحي من المهم جداً التعرف على أنواع السلوك التي تسبب مشكلة صحية أو تعالجها أو تقي منها . ولننظر إلى مشكلة صحية شائعة لنرى أنواع السلوك التي تنطوي عليها .

إن الإسهال عَرَض مشتَرك لأمراض عدة غالباً ما تنجم عن سوء الإصحاح . فالإسهال مشكلة خطيرة لاسيما في صغار الأطفال .

وفيما يلي بعض الممارسات التي قد تسبب الإسهال :

- إرضاع الأطفال بالرضّاعات ؛ إذ أن من الصعب في الغالب المحافظة على نظافتها .
- شرب المياه من الأنهار أو الترع أو البرك من دون تنقيتها .
- عدم غسل الأيدي قبل الأكل .



إن تعبئة المياه من هذه البركة وشربها يساعد على انتشار الأمراض .

- عدم غسل الأطباق والأكواب والملاعق أو الاكتفاء بمجرد شطفها بالماء .
- التغّوط في الخلاء فالبراز الملوث بالجراثيم يلوث الأشياء التي يلتقطها صغار الأطفال ويضعونها في أفواههم .
- ترك القمامة على أرض مكشوفة مما يمكّن الذباب من التكاثر عليها .
- ترك الغذاء بدون غطاء ، بحيث يمكن للذباب تلويثه .
- أكل الخضراوات نيئة دون غسلها .
- عدم إتمام طهو الطعام مما لا يسمح بقتل كل الجراثيم .
- استخدام بقايا الغذاء التي لم تسخن تسخيناً تاماً مرة أخرى ، أو التي تكون قد فسدت .

وفيما يلي أنواع من الإجراءات تساعد على مكافحة الإسهال في طفل مريض :

- إعطاء الطفل الكثير من السوائل مثل عصير الفواكه والمياه النقية .
- استمرار إرضاع الأطفال الذين لم يفطموا تماماً من الثدي ، فذلك أفضل من التحول إلى الرضّاعة .

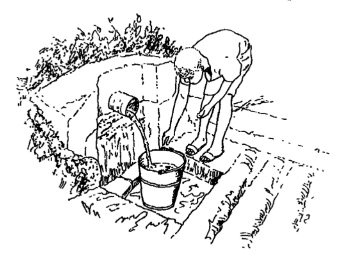


إن الإرضاع من الثدي يحسّن صحة الأطفال

- إعطاء الطفل بالفم محلول تعويض السوائل المصنوع من الماء النقي والملح والسكر (تحقق من الصيغة الموافق على استخدامها في بلدك بالاستعلام من العيادة المحلية) .
- الاستمرار في إعطاء الطفل أطعمة مغذية من أنواع لا تزعج معدته (فتجتنب الأغذية الحريفة مثلاً) .
- اللجوء إلى العامل الصحي في اليوم التالي إذا لم يتوقف الإسهال بالعلاج البسيط السالف ذكره .

والممارسات المذكورة فيما يلي تساعد على الوقاية من الإسهال :

- إرضاع كل الأطفال من الثدي .
- ترشيح مياه الشرب المأخوذة من الترع أو غليها .
- أخذ مياه الشرب من آبار صحية أو من ينابيع محمية .
- غسل الأيدي بالماء والصابون قبل الأكل وبعده .
- غسل الأطباق والأكواب والملاعق بالماء النظيف بالصابون .
- التغوط في المراحيض والمداومة على غسل الأيدي بالماء والصابون بعد ذلك .
- تغطية الطعام لحمايته من الأتربة والحشرات والحيوانات الأخرى .
- وضع الفضلات في صندوق القمامة أو في حفرة مغطاة بالتراب أو حرقها .



إن شرب المياه المستقاة من ينبوع محمي يحفظ الصحة ويحسنها . كما أن من الضروري تعبئة المياه في دلو نظيف وتخزينها في وعاء نظيف .

- غسل جميع المواد الغذائية .
- غسل الأيدي بالصابون والماء قبل إعداد الغذاء .
- طهو الخضراوات في ماء يَغلي .

هل يمكنك أن تفكر في عادات أو أنماط أخرى من السلوك تسبب الإسهال أو تكافحه أو تقي منه ؟

فكّر في مشاكل صحية أخرى . أي نمط من السلوك يمكن أن يتسبب في دخول شظايا في قدمك ؟ وأي نمط سلوكي يمكن أن يقي من ذلك ؟ ، وأي نمط سلوكي يساعد على انتشار الجرَب ؟ وأي سلوك يقي منه ؟ إبحث عن مشاكل صحية شائعة أخرى في منطقتك ، وأذكر أنماط السلوك التي تسببها وتعالجها وتقي منها .

فهم السلوك

هناك أسباب كثيرة تجعل الناس يتصرفون على النحو الذي يتخذونه . وإذا أردنا استخدام التثقيف الصحي للتشجيع على إتباع أساليب المعيشة الصحية علينا أن نعرف الأسباب التي تحمل الناس على اتباع السلوك الذي يسبب المرض أو يقي منه . ومس شأن هذه المعرفة أن تساعدنا في انتقاء الطرائق التعليمية الصحيحة لمعالجة المشكلة الصحية القائمة . ونورد فيما يلي أربعة أسباب أساسية لسلوك الناس .

الأفكار والمشاعر

لدينا الكثير من الأفكار والمشاعر عن العالم الذي نعيش فيه . وتشكل معارفنا ومعتقداتنا ومواقفنا وقيمنا هذه الأفكار والمشاعر ، وهي تساعدنا بالتالي على تحديد الطريقة التي نتصرف بها .

١

المعرفة

تنبع المعرفة knowledge من خبرتنا كما أننا نكتسب المعرفة أيضاً عن طريق المعلومات التي يزودنا بها المدرسون والوالدون والأصدقاء والكتب . ويمكننا عادة التحقق من مدى صحة معارفنا . فإذا لم نستطع أن نتحقق مباشرة بأنفسنا فإننا نعرف أناساً يستطيعون ذلك . فالطفل الذي يضع يده في نار الطهو يكتسب معرفة عن الحرارة

والألم . وهذه المعرفة تمنعه من وضع يده في النار مرة أخرى . وربما يرى الطفل دجاجة تعبر الطريق فتصدمها سيارة . ومن هذه الخبرة يعرف الطفل أن الطريق يمكن أن يكون خطراً ، وقد يزداد حرصه عند عبوره الطريق بنفسه .

المعتقـدات

نستمد المعتقدات beliefs عادة من آبائنا وأجدادنا وغيرهم من الناس الذين نحترمهم ونبجلهم . ونحن نتقبل المعتقدات من دون محاولة إثبات صحتها . ففي كثير من البلدان ، على سبيل المثال ، توجد معتقدات عن الأطعمة التي ينبغي أن تأكلها المرأة الحامل أو تلك التي ينبغي لها أن تمتنع عن أكلها . فالناس يعتقدون في أحد البلدان أنه ينبغي للمرأة الحامل أن تتجنب أكل بعض أنواع اللحوم وإلا كان سلوك الطفل المولود أشبه بسلوك الحيوان الذي أكلت من لحمه . وهذه المعتقدات تصرف النساء عن تناول أطعمة معينة . فَكِّر في أمثلة أخرى .

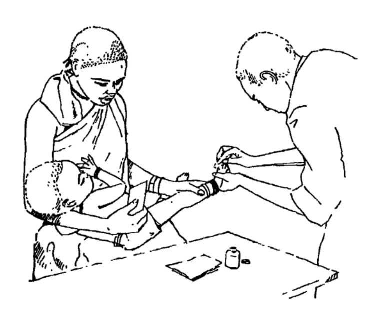
ولكل بلد ومجتمع محلي معتقداته الخاصة به . ففي أحد البلدان يعتقد الناس أن المرأة الحامل إذا أكلت بيضاً جاءت ولادتها عسرة . ولكن أهالي بلد آخر يعتقدون أنه ينبغي للمرأة الحامل أن تأكل البيض حتى يأتي طفلها قوياً وصحيحاً . والمعتقدات جزء من أسلوب حياة الناس ، وهي تبين ماهو مقبول وماهو غير مقبول . وحيث أن المعتقدات عادة ما تكون عميقة الجذور فإنه لمن الصعب في الغالب تغييرها . وأحياناً يعتقد العاملون الصحيون أنفسهم أن أي مُعْتقد تقليدي هو معتقد سيء ولابد من تغييره . وهذا ليس صحيحاً بالضرورة . فعلى العامل الصحي أن يتحقق أولاً مما اذا كان المعتقد ضاراً أو نافعاً أو لا نفع فيه ولا ضرر . وحينما نفهم كيف تؤثر المعتقدات في صحة الناس فيمكن حينئذ تركيز الاهتمام على محاولة تغيير المعتقدات الضارة فحسب .

فالاعتقاد بعدم جواز تناول المرأة الحامل للبيض يبدو أنه معتقد ضار لأن البيض مصدر غني بالبروتين والأم في حاجة إليه لتنجب طفلاً قوياً معافى . وقبل أن نصدر حكماً بتغيير هذا المعتقد علينا أن نتحقق مما إذا كان يسمح للأمهات المعنيات بأن يأكلن أطعمة أخرى غنية بالبروتين مثل اللحم والأسماك والفول والجبن والفول السوداني . فإذا كن يحصلن على قدر وافر من البروتين من أطعمة أخرى فلا داعي للانزعاج من المعتقد الخاص بعدم أكل البيض .

وفي أحد البلدان هناك إعتقاد بأن المرأة الحامل إذا سارت في الشمس الحارة في منتصف النهار فإن الأرواح الشريرة تتقمص جسدها وتلحق الضرر بطفلها الذي لم يولد بعد . وربما لا يعتقد المرء في صحة هذا المُعْتقَد . إلا أنه من المنطقي حثّ المرأة الحامل على أن لا تُجهد نفسها عندما تكون الشمس حامية والجو حاراً . وقد يكون هذا النمط من المعتقدات **نافعاً** بالفعل .

وفي كثير من البلدان تضع الأمهات خرزاً وتعاويذ على ملابس أطفالهن ، اعتقاداً منهن بأن هذا الخرز من شأنه أن يفيد الطفل . ومن المعتقد أن بعض الخرز يُسهّل عملية التسنين وأن بعضه يقي من المرض والبعض الآخر يحمي من العين الشريرة . وربما يتشكك المرء في صواب هذه المعتقدات ، وفي الوقت نفسه من الصعب أن نجد أية خطورة في الخرز . ولعل هذا المعتقد لا ضرر منه ولا نفع .

وإذا لم يكن من المؤكد أن معتقداً ما ضار ، فالأفضل تركه وشأنه . فالناس قد يغضبون إذا ما تعرض الكثير من معتقداتهم للتحدي ، مما يحملهم على عدم التعاون مع العاملين الصحيين .



زيّن جسم هذا الطفل بالكثير من الأساور والخرز . فالأم تعتقد أن بعض هذه الأساور سيقي ولدها من الأمراض . بيد أن هذا المعتقد لا يمنع الأم من إستشارة العامل الصحي عندما يمرض طفلها . ومن ثمّ فهو مُعتقد لا يضر ولا ينفع . فلا داعي إذن لتغييره .

وإذا نحن درسنا معتقدات الناس بإمعان ، فقد نكتشف من الوسائل ما يجعلها نافعة . فعلى سبيل المثال ، وجد أحد العاملين الصحيين أنه يمكن الحكم بأن الأطفال يواصلون النمو أو يعانون نقص الوزن بملاحظة الخرز الذي يلبسوه . فالخرز المحيط بذراع طفل مستمر في النمو من شأنه أن يكون محكماً على الذراع ، أما إذا كان وزن الطفل آخذاً في النقصان فمن شأن حلقة الخرز أن تكون فضفاضة .

أكتب قائمة بالمعتقدات التي يؤمن بها الناس بشأن الطعام في مجتمعك . أي هذه المعتقدات ضار وأيها نافع وأيها لا يضر ولا ينفع ؟ وماهو سبب الحمى في اعتقاد الناس في قريتك ؟ أي هذه المعتقدات ضار وأيها نافع وأيها لا يضر ولا ينفع ؟ وقد تستطيع ، في بعض الحالات ، الحكم بما إذا كان معتقد ما نافعاً أو ضاراً أو لا يضر ولا ينفع . وفي هذه الحالة يجب أن تدرس المعتقد المعني بمزيد من الإمعان حتى تتأكد من تأثيره في الصحة .

المواقــف

تعكس مواقفنا attitudes في العادة ما نحبه وما نكرهه . وهي كثيراً ما تستمد من خبراتنا أو من خبرات القريبين منا . وهي إما تحببنا في بعض الأشياء وإما تجعلنا نحترس منها . وإليك هذا المثال :

أصيب وليد السيدة فاطمة ببرد خفيف ، فذهبت به إلى المركز الصحي . وكان الموظفون القائمون بالعمل في ذلك اليوم مشغولين جداً ، فعنفوا السيدة فاطمة صائحين ، « أتريدينا أن نضيع وقتنا بسبب برد بسيط ؟ عودي إلينا عندما نكون أقل انشغالاً » .

وكانت السيدة فاطمة تكره أن يعنف بها . فجعلتها هذه التجربة تتخذ موقفاً سلبياً من موظفي الصحة ، فهي لا تحترمهم الآن ولا تحبهم . وهذا الموقف السيء يمكنه أن يمنع السيدة فاطمة من الذهاب إلى المركز الصحي عندما يمرض طفلها مرة ثانية . ومع هذا ، فإن موقفاً تجاه شيء واحد بمفرده ، لا يغير ، دائماً ، الأسلوب الذي يتصرف به الشخص . فقد تعتقد السيدة فاطمة اعتقاداً راسخاً بأن الأدوية التي تعطى في المركز الصحي فعالة للغاية . ونظراً لموقفها تجاه الأدوية فإنها قد تذهب إلى المركز الصحي طلباً للمساعدة على الرغم من موقفها السلبي تجاه موظفيه .

وربما تُستمد المواقف من خبرات الآخرين وتجاربهم .

ومثال ذلك أن السيدة نجوى تذكرت أن طفل جارتها قد عولج معالجة ناجعة في المركز الصحي عندما كان مريضاً . فكان من شأن الموقف الايجابي تجاه المركز الصحي الذي اكتسبته السيدة نجوى من تجربة جارتها أن شجعها على أن تأخذ صغيرها إلى المركز الصحي عندما ألم به المرض .

ومن ناحية أخرى لا تسمح لنا الأوضاع دائماً بالتصرف حسب مواقفنا الخاصة . افترض أن السيدة نجوى تخاف من الظلام . فإذا أصاب طفلها مرض ليلاً فقد تحمله إلى جدته التي تقيم بجوارها بدلاً من أن تحمله في عتمة الليل إلى المركز . ولا يعني ذلك أن موقفها من المركز الصحي قد تغيّر .

وقد تبنى المواقف في بعض الأحيان على خبرات محدودة . وربما نتخذ مواقف من دون فهم للوضع برمته .

وكمثال على ذلك أن السيد ابراهيم اشترى كيساً من البذور من المدينة وزرعها فجنى محصولاً رديئاً . وبعد مروره بتجربة هذا الكيس الوحيد كوَّن موقفاً مؤداه أن الشخص الذي باعه البذور شخص سيء .وبسبب هذا الموقف قرّر السيد ابراهيم أن لا يذهب إلى حانوته أو يشترى منه مرة أخرى .

وهناك أسباب كثيرة محتملة لسوء نمو البذور . وليس من الصواب إلقاء اللوم على صاحب الحانوت دون محاولة التعمق في فهم أسباب ما حدث .

فكّر في مواقفك الخاصة . فكّر مثلاً في المواد التي تُرش لقتل الحشرات . ولعلك رأيت كثيراً من أنواع المرشوشات المختلفة : فأيها تظن أنه جيد ؟ وأيها أفضل ؟ لماذا كوّنت هذه المواقف تجاه هذه الأنواع المختلفة ؟ وكيف تؤثر هذه المواقف في سلوكك ؟ وهل تشتري دائماً ما تشعر أنه الأفضل ؟ وإذا كنت لا تفعل ذلك أحياناً فلماذا ؟

القيم

القيم هي المعتقدات والمعايير ذات الأهمية العظمى لدينا . ويشترك أفراد المجتمع في الكثير من القيم values . فقد يريدون ، مثلاً ، أن يكون مجتمعهم مستقراً وسعيداً ، وأحد السبل لتحقيق هذه القيم هو التعاون . يعني أن يعمل الناس معاً لحل المشاكل . إن ذلك يجعل الحياة أيسر . ففي المجتمع الذي يقدر الاستقرار والسعادة أرادات إحدى العائلات أن تشيّد منزلاً جديداً مثلاً فإن الأهالي الآخرين يتعاونون ويساعدون في بناء المنزل .

وتمثل رعاية الأطفال قيمة أخرى . فالرعاية الجيدة للأطفال تعود بالفائدة على الآباء : فعندما يكبر الطفل وهو موفور الصحة سيتمكن من رعاية أبويه في

شيخوختهما . والقيمة المرتبطة بالأطفال قد تشجع الأم على البقاء في المنزل لرعاية صغيرها المريض بدلاً من الخروج لزيارة صديقاتها .

فكّر في قيمك الخاصة . ماهي الأشياء التي توليها أقصى قدر من الأهمية في حياتك ؟ وكيف تؤثر هذه القيم في سلوكك ؟ فكّر في القيم التي يؤمن بها المجتمع الذي تعمل فيه . أي تلك القيم تشاركه ؟ وهل تختلف بعض القيم التي تؤمن بها عن قيمه ؟ كيف تشجع قيمُ المجتمع الناسَ على السلوك تجاه بعضهم البعض فيما يتعلق بالصحة ؟

الناس الذين نوليهم اهتمامنا

السبب الثاني لسلوكنا هو تأثير الناس الذين نوليهم أهمية عظيمة . فعندما يكون شخص ما مهماً بالنسبة لنا ، فإننا غالباً ما نصغي إلى ما يقول ونحاول أن نفعل ما يفعله .

وبعض هؤلاء الناس الذين نوليهم أهمية هم آباؤنا وأجدادنا وأصحاب الرأي في القرى ورجال الدين والأصدقاء الحميمون والناس الذين نعمل معهم وأولئك الذين لديهم خبرات كثيرة ومهارات خاصة ، والناس الذين يحاولون مد يد العون لنا وقت الحاجة (كالمدرسين والعاملين الصحيين والاخصائيين الإجتماعيين) .

إن للمدرسين أهمية عظيمة في نفوس تلاميذهم فإذا رأى التلاميذ أن المدرس يلتزم بقواعد النظام والنظافة في المأكل والملبس فإنهم يقلدونه فيما يفعل .

وكل إنسان يرغب في أن يكون له أصدقاء ، ونظراً للأهمية التي نوليها الأصدقاء ، فاننا نسلك عادة مسالكهم . فإن كان لصبي أصدقاء مقربون يدخنون السجائر فقد يكون ذلك سبباً لأن يبدأ التدخين هو الآخر .

إن العم « نوح » فلاح كبير السن عظيم التجربة . وعندما ينصح العم نوح الفلاحين بأن لا يزرعوا محاصيلهم إلا بعد رؤيتهم للهلال عقب أول سقوط للمطر ، فإنهم سيتبعون نصيحته . وإذا أسدى موظف الزراعة نصيحة خلاف ذلك ، فإن هؤلاء الفلاحين يميلون إلى احترام رأي العم نوح والحذو حذوه . وربما يعزفون عن الإصغاء إلى المرشد الشاب الذي قد يكون فضلاً عن ذلك غريباً عنهم .



الأم شخص مهم بالنسبة لطفلها . فما تقوله الأم أو تفعله يؤثر على الأرجح في سلوك الطفل .

من هم الأفراد الذين يحظون بالاحترام في عائلتك ؟ ومن هم الناس الذين يتمتعون بالأهمية والاحترام في قريتك ؟ أي أنواع السلوك يشجعها هؤلاء الناس المهمون في عائلتك وفي مجتمعك ؟

المــوارد

السبب الثالث لسلوك الناس يعود إلى وجود موارد معينة لديهم أو انعدامها . وتشتمل الموارد على المرافق والنقود والوقت والعمالة والخدمات والمهارات والمواد . ومكان وجود الموارد المادية مسألة مهمة كذلك . فإذا وجدت الموارد على مسافة بعيدة من المجتمع المحلي ، فقد لا تستخدم . وكثيراً ما يؤثر وجوب القيام بأعمال كثيرة في وقت قصير في سلوك الناس فمثلاً :

الوقــت

إن الوقت مورد قيّم .

يعمل السيد « اسماعيل » خياطاً وأمامه الكثير من العمل ينبغي له القيام به لأن العطلة باتت وشيكة . فإذا لم يستطع أن يسلّم المطلوب منه في الوقت المحدد غضب منه عملاؤه ، ولربما انصرفوا عنه إلى خيّاط آخر في المرة التالية . لكن لدى اسماعيل اليوم مشكلة . فهو يعاني من صداع ونزلة ، وتقترح عليه زوجه أن يذهب إلى المركز الصحي للمعالجة . فيخبرها بأن . « المركز الصحي مزدحم دائماً بالمترددين عليه ، وإن ذهبْتُ إليه سأُضيّع وقتاً طويلاً . لذلك سأذهب إلى الصيدلية وأشتري ما يلزمني من الدواء » .

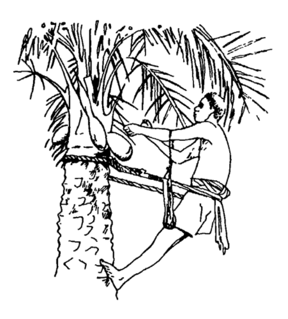
إن عدم توافر الوقت قد أثّر في سلوك السيد اسماعيل . ومع أن الخدمة الصحية مورد هام فقد تكون عديمة النفع إن كان التزاحم عليها شديداً .

النقــود

النقود لازمة لبعض أنماط السلوك فمثلاً :

للسيدة حليمة أربعة أطفال . وقد مات زوجها في العام الماضي على أثر حادث ، وهي لا تمتهن أية حرفة ولا تتمتع بأية مهارة خاصة(وهذا مورد هام آخر) ، فهي تحتطب وتبيع الحطب لتحصل على المال لإطعام أطفالها . ويخبر العامل الصحي السيدة حليمة بأن عليها أن تقدم لأطفالها اللحم والبيض واللبن حتى يصبحوا أقوياء . فتشكو من عدم استطاعتها توفير تلك السلع الباهظة الثمن . فيأخذ العامل الصحي في التفكير في الأشياء التي يمكن أن تشتريها السيدة حليمة بمواردها القليلة . وأخيراً يتفقان على أنه يمكن تقديم الفول والأرز للأطفال مع إضافة القليل من الأسماك مرة أو مرتين في الأسبوع . ثم يرسل العامل الصحي السيدة حليمة إلى المسؤول عن التنمية الإجتماعية ليىظر في تدريبها على مهارةٍ تساعدها على كسب مزيد من المال .

ويواصل بعض الأشخاص القيام بعمل خطر بسبب المال ، أو لأسباب ثقافية . فالرجل الذي في الصورة التوضيحية يقوم بتلقيح النخيل وجمع البلح . وهو معرض في هذا العمل للسقوط والإصابة أو المعاناة من آلام الظهر . وهو قد يواصل القيام بهذا العمل لعدة أسباب . فلعل والده كان يقوم بهذا النوع من العمل ، وأقنعه بأن يسير على نفس الدرب ، أو ربما هو مقتنع بأن هناك روحاً تحميه من الإصابة ، أو ربما يكون هذا هو العمل الوحيد الذي يجده لكسب الرزق لعائلته .



هذا الرجل يلقح النخيل ويجمع البلح .

إن شرب الماء من مجرى النهر مباشرة سلوك يسبب الكثير من الأمراض . ويمثل البئر الصحي **مرفقاً** يساعد على تفادي تلك الأمراض .

إن الناس في قرية يازور يرغبون في حفر بئر لخفض عدد الإصابات بالأمراض التي يعانون منها . وأول ما يحتاجون إليه هو **المهارات** التي تمكّنهم من إيجاد مكان للبئر يتوافر فيه قدر كاف من الماء . فطلبوا من العامل الصحي أن يتصل بالوزارة أو الجهة المختصة لإرسال خبير يساعدهم على إيجاد مكان مناسب لحفر البئر . كذلك فإنهم في حاجة إلى بعض **المواد** مثل الأسمنت والمجاريف التي بدورها تحتاج منهم إلى أن يوفروا لها قدراً من المال . والناس على استعداد لأن يُسهموا **بعملهم** في حفر البئر . وعندما يأتي الخبير سوف يُطلِعهُم على أماكن عدة يمكنهم حفر البئر فيها ، وسوف يختارون المكان الأقرب إلى قريتهم لأنهم يعرفون أنه إذا كانت **المسافة** بينهم وبين البئر بعيدة ربما يحجم الناس عن الانتفاع بها .

هذه هي بعض الموارد التي يحتاج إليها السكان في قرية يازور لتغيير سلوكهم والاتجاه إلى شرب مياه نقية . هل يمكنك أن تفكر في موارد أخرى ؟

الثقـــافة

إن معظم المسائل التي قدمناها في الأجزاء السابقة تختلف من مجتمع إلى آخر . والمألوف من السلوك والمعتقدات والقيم وأساليب استخدام الموارد في أي مجتمع ، يشكل نمطاً من أنماط الحياة أو أسلوباً من أساليب المعيشة . وهذا هو ما يعرف بالثقافة culture . ولقد قامت الثقافات عبر مئات أو آلاف من السنين على يد أناس عاشوا معاً وتشاركوا نفس الخبرات في بيئة معينة . وتظل الثقافات في تغيّر مستمر تارة ببطء وتارة بسرعة نتيجة لأحداث طبيعية أو اجتماعية أو بسبب إتصال الناس بثقافات أخرى . والمهم هنا هو أن نذكر أن الثقافة أو أسلوب المعيشة يتكون من مجموعة الأشياء التي ناقشناها الآن . وبينما يشكل السلوك الطبيعي المألوف جانباً من جوانب الثقافة ، فإن الثقافة بدورها لها تأثير عميق في السلوك .

ومن الناحية العملية يمكنك أن ترى الثقافة وتستمع إليها وتتفهمها عندما تكون في المجتمع المعني ، من خلال مشاهدتك للأزياء والأطعمة الشعبية وأساليب تنظيم العمل ، أو عن طريق الاستماع إلى الأغاني والأمثال الشعبية والأساطير وحتى الأحاديث العادية .

وتختلف أنماط التحية من ثقافة إلى أخرى – فهناك العناق وهناك المصافحة باليد والقبلات وبعض الكلمات الخاصة . وهذا بعضٌ من كثيرٍ من تلك الأنماط . وتمثل الطريقة التي يأكل بها الناس جزءاً من الثقافة : ومن هذه الطرق استعمال العيدان الخشبية أو الأصابع أو أدوات تناول الطعام المعدنية . وقد يتناول الناس الطعام في جلسات عائلية أو مجموعات تضم الأطفال فقط أو الرجال فقط ، جلوساً على كراسي أو حصائر أو مقاعد خشبية . وهناك صور عديدة لمثل هذه العادات . ولكل ثقافة أسلوبها الخاص في عمل الأشياء ، ومعتقداتها بشأن الأسباب الداعية لاتباع الأسلوب الذي يتبعونه في عمل الأشياء .

وهذا النمط المألوف من أنماط السلوك والمعتقدات والقيم من شأنه أن يساعد الناس على فهم الحياة والارتياح إليها . فكل ثقافة تمثل طريقة أوجدها الناس للتعايش معاً في بيئتهم . وعندما يفد أناس إلى مجتمع جديد وثقافة غريبة فإنهم يشعرون بالقلق في بادىء الأمر لأنهم لا يعرفون الأفكار والسلوكيات المقبولة . وغالباً ما يتعرض العاملون الصحيون والمدرسون وغيرهم من العاملين في المجتمع إلى مثل هذا الموقف . فالتدريب الذي تلقوه جعلهم جزءاً من الثقافة « المهنية » . ولهؤلاء الأشخاص أفكارهم وطرقهم

الخاصة في عمل الأشياء ؛ وغالباً ما تختلف هذه الطرق والأفكار اختلافاً بيّناً عن طرق وأفكار المجتمع الذي يخدموه . وقبل أن يشرع هؤلاء المهنيون في عملهم ، عليهم أن يتعلموا الكثير عن أسباب سلوك الناس في المجتمع . وسوف يساعدهم ذلك على العمل بطريقة مقبولة لدى المجتمع الذي يعملون فيه .

وكما رأينا ، هناك أسباب كثيرة تحكم سلوك الناس . ومن الجائز أن يتصرف أناس مختلفون أو مجتمعات متباينة على نحو متطابق وذلك لأسباب مختلفة . كما يتبين من الأمثلة التالية :

قد تعطي ثلاث من الأمهات فاكهة لأطفالهن وعندما تسألهن عن السبب يقدمن إجابات متباينة :

فالسيدة نجوى تقول : « اعتقد أنه إذا أكل أطفالي الفاكهة فإنهم سيكونون أصحاء . »

بينما تقول السيدة دعد : « إن حماتي تعيش معنا وهي تقول إنها كانت دائماً تعطي زوجي فاكهة عندما كان صغيراً ، ولذلك لابد أن أعطي أنا أيضاً فاكهة لأطفالي . »

أما السيدة غادة فتقول : « إنني أفضل أن اشتري فاكهة لأطفالي ، فهي أقل ثمناً من الحلويات والوجبات الخفيفة التي تباع في الحوانيت » .

وقد يوجد قلق بسبب الشك في عدم سلامة المياه في مجتمعك . وعندما تقوم بزيارة المناطق المجاورة ستجد أن ثلاثاً من هذه المناطق لديها آبار ولكن لأسباب مختلفة :

فيقول لك الناس الذين يعيشون في المنطقة الأولى : « إننا حفرنا بئرنا لأننا نعلم أن مياه الآبار أنقى من مياه الترع » .

وتستمع في المنطقة الثانية إلى من يقول : « إننا رأينا أن أصحاب الرأي في المدينة لديهم آبار لذلك قررنا أن نحفر بئراً خاصة بنا . »

ويقول أهالي المنطقة الثالثة : « لقد كنا نحصل على المياه من ترعة بعيدة ، وكان في ذلك مضيعة للوقت والجهد فحفرنا بئرنا لتصبح حياتنا أيسر . »

بوقوفك على أسباب السلوك ، يمكنك اقتراح التغيير المناسب والحلول الملائمة للمشكلات التي لمستها . والآن انظر إلى مجتمعك . ماهي عادات الناس في الأكل ؟ أذكر بعض الأسباب التي تجعل الناس يتناولون طعاماً من دون الآخر كيف يتخلص الناس من الفضلات في قريتك ؟ لماذا يسلك الناس هذا المسلك ؟ كيف يحافظ الناس في بيئتك على نظافة أفواههم وأسنانهم ؟ ماهي أسباب سلوك الناس على هذا النحو ؟ كيف يمكنك أن تكتشف تلك الأسباب ؟

تغيـرات السـلوك

في سائر المجتمعات توجد بالفعل كثير من أنماط السلوك التي تحسن الصحة وتقي من المرض وتساعد على شفاء المرضى وتأهيلهم . ولابد من التعرف على أنماط السلوك تلك وتشجيعها . وفي الواقع أن النتائج الإيجابية الصحية التي تنشأ عن تلك السلوكيات هي عادة التي تشجع الناس على المداومة على ممارستها .

وهناك أيضاً أنماط سلوكية ضارة بالصحة . وبسبب النتائج غير الصحية لهذه الأنماط السلوكية غالباً ما يتخلى عنها الناس من تلقاء أنفسهم . وأحياناً يداوم الناس على السلوك غير الصحي للأسباب المذكورة في الأجزاء السابقة .

وقبل الشروع في نشاط من نشاطات التثقيف الصحي لابد من تفهم الصعاب التي غالباً ما يواجهها الناس عندما يحاولون تحسين حياتهم . وهذا التفهم يساعد على انتقاء مناهج مناسبة للتثقيف الصحي .

التغـيّر الطـبيعي

إن سلوكنا يتغير على الدوام . وتطرأ بعض التغيرات نتيجة للأحداث الطبيعية . وعندما يحدث تغيّر في المجتمع من حولنا ، فإننا غالباً ما نغيّر من أنفسنا دون أن نفكر في ذلك ملياً . ذلك هو التغيّر الطبيعي الذي نورد فيما يلي أمثلة له :

السيدة صفية تشتري عادة فاصوليا من السوق ، ولكنها ربما تغيّر سلوكها وتشتري لوبيا إن لم تكن الفاصوليا متوافرة .

والسيد جلال يرتدي قميصاً أبيض اللون في المواسم الجافة والحارة غير أنه حين يُقبل الطقس المطير البارد ربما يغيّر ملبسه فيرتدي قميصاً ثقيلاً .

والعم زكي فلاح . وهو عادة يسير باتجاه الشمال كي يصل إلى حقوله . ولكن بسبب المطر الغزير والفيضان فإنه يغيّر مسلكه ويتجه شرقاً أولاً حتى يجد ممراً أفضل .

التغـيير المخطط

أحياناً نضع الخطط لتحسين حياتنا . وفيما يلي بعض الأمثلة لذلك :

الحاج سليمان يدخن عدداً كبيراً من السجائر كل يوم . وقد بدأ الآن يسعل سعالاً شديداً . فقرر أن يمتنع عن التدخين . وهكذا وضع خطة للامتناع عن التدخين خلال أسبوعين وبدأ يعد نفسه لذلك .

وأرادت السيدة حسنية أن تشتري بعض الملابس الجديدة لأطفالها . وهي عادة ما تنفق فائض نقودها على الحلويات والمشروبات الخفيفة . وبدلاً من أن تشتري الحلويات أصبحت تدخر الآن مالها حتى يتجمع لديها ما يكفي لشراء الملابس اللازمة .

كان السيد وديع يعيش في منزل والده لسنين عديدة . وقد أصبح له الآن زوجة وثلاثة أطفال . وأصبح بيت والده القديم ضيقاً بمن فيه . ولذا فهو يخطط لبناء مسكن أكبر لتعيش فيه عائلته وأبواه

الآن فكّر في ذاتك . هل أجريت أي تغيير في سلوكك مؤخراً ؟ وماهي تلك التغييرات ؟ ولماذا أجريتها ؟

وانظر إلى مجتمعك ؟ هل حدثت تغييرات في سلوك القرويين ؟ وماهي تلك التغييرات ؟ ولماذا حدثت ؟ وكيف حدثت ؟

الإستعداد للتغيير

لعلك تعرف بعض الناس الذين يسارعون إلى تجربة كل جديد . فيشترون أحدث الأدوات والبذور . ويرتدون أحدث طرز للملابس ، بينما هناك أناس آخرون يتباطؤون في التغيير . فليس كل إنسان مستعداً للتغيير في نفس الوقت . وتفسير ذلك يكمن في بعض أسباب سلوكنا . وفيما يلي قصة عن الاستعداد للتغيير :

كانت مجموعة من الأمهات تنتظر في عيادة لصغار الأطفال دون سن المدرسة . وقررت القابلة أن تتحدث معهن عن العناية بأقدام أطفالهن بعد أن لاحظت أن كثيراً من الأطفال مصابون بالتشققات والجروح والقَرْحات في أرجلهم . وكان الإجراء الذي طلبت القابلة من الأمهات أن يتخذنه هو شراء أحذية لأطفالهن .

وكانت السيدة ألفت تجلس وسط المجموعة . وكانت طفلتها التي تبلغ من العمر ربيعين تجري هنا وهناك حافية القدمين ، وكانت قدماها مصابتين بتشققات وجروح مما أقلق الأم . فقد علمت اليوم أن المرض يمكن أن يصيب الجسم من خلال هذه التشققات . وكانت تعمل في تجارة رائجة إذ كانت تبيع الملابس ، وفي مقدورها أن تشتري حذاءً لابنتها . وكان زوجها يبدي اهتمامه دائماً بالعناية بالطفلة . وكان على استعداد للموافقة على أي تصرف من شأنه أن يحمي ابنته . فقررت السيدة ألفت أن تشتري لها حذاء . ومن ثمّ فإنها كانت على استعداد للتغيير ، ولم توجد أية مشكلات خطيرة تثنيها عن ذلك .

وكانت السيدة سعدية تجلس بجوار السيدة ألفت ولم يكن لدى ابنها حذاء هو الآخر . وتقبلت السيدة سعدية هي الأخرى المعلومة التي مفادها أن جروح الأقدام القذرة يمكن أن تجلب المرض . فأرادت أن تفعل أقصى مافي وسعها من أجل ابنها . وكانت تعمل في الحقل مع زوجها . ورغم أنهما كانا فقيرين إلا أنهما كانا يفكران دائماً في كيفية العناية بأطفالهما . وكانت الجدة تعيش معهما . وكانت السيدة سعدية تعلم أن الجدة لن توافق على إنفاق المال على شراء الأحذية . فمن شأنها أن تقول « إن ابني لم يرتد حذاءً مطلقاً إلا عندما كبر . فلماذا تشتري حذاءً لهذا الطفل الصغير !؟ » ومع أن السيدة سعدية مهتمة بالتغيير إلا أنه كان عليها أن تحل بعض مشاكلها أولاً .

وكانت السيدة صفيّة تجلس في مؤخرة المجموعة . ولم تكن تحب هذه القابلة بالذات بعد أن عنفتها عدة مرات لأن ابنها كان كثيراً ما يصاب بالمرض . ورغم أنها كانت تدرك أن القابلة تقدم لها معلومات قيمة إلا أنها لم تكن تُعيرها اهتماماً بسبب موقفها السلبي منها وبسبب متاعب كثيرة تشغل بالها كذلك . فلقد هجرها زوجها بعد مولد طفلهما الأول . ولكنها استطاعت الآن أن تحصل على بعض النقود مقابل غسل ملابس الآخرين . وبسبب هذه المشكلات كان من الصعب التأثير في السيدة صفيّة . فالمعلومات الصحية وحدها التي تتلقاها من تلك القابلة لم تكن كافية لأن تشجع على التغيير .

عند بداية حديث القابلة ، لم تكن أي من الأمهات موضوع القصص السابقة قد فكرت في شراء أحذية لأطفالهن . فما أسباب سلوكهن ذلك ؟ وبعد الحديث امتثلت السيدة ألفت وحدها للنصيحة . لماذا حدث ذلك ؟ ولماذا لم تشتر السيدة سعدية والسيدة صفيّة أحذية لأطفالهما ؟ وكيف يمكنك أن تساعدهما في حل مشكلتيهما ؟

مساعدة الناس على تحسين سلوكهم

من الطبيعي أن يساعد الناس بعضهم بعضاً . فهذه المساعدة لها فائدتها حين يتعين على الناس حل المشكلات الصعبة . وهناك أناس تقوم وظيفتهم على مساعدة الآخرين . ومن هؤلاء الناس المدرسون والأخصائيون الإجتماعيون ورجال الشرطة والموظفون الزراعيون ورجال الدين وبالطبع العاملون الصحيون . وهناك طرائق ثلاث أساسية يمكن من خلالها لأولئك الناس مساعدة الآخرين على تحسين أساليب معيشتهم :

- يمكنهم إجبار الناس على التغيير أو دفعهم إليه مع التهديد بالعقاب مالم يتغيروا .
- يمكنهم أن يقدموا الأفكار أو المعلومات على أمل أن يستخدمها الناس في تحسين حياتهم .

● يمكنهم مقابلة الناس لمناقشة مشكلاتهم معهم وإثارة إهتمامهم أو حملهم على المشاركة في اختيار أفضل السبل لحل مشكلاتهم الخاصة .

لنتفحص ثلاثة أمثلة للطرائق التي يمكن للعامل الصحي أن يتبعها في تقديم المساعدة .

استعمال القوة

كانت هناك عائلة لا تحافظ على نظافة بيتها وأرضها . فكان أفرادها يلقون بقمامتهم وفضلاتهم وراء بيتهم مباشرة . وبمضي الوقت تراكمت الأكوام وصارت مرتعاً للفئران والذباب والبعوض . ولم يكن من المستغرب أن تكثر إصابة أطفال هذه العائلة بالحمى والإسهال .

وذات يوم زار العامل الصحي هذه العائلة ، واغتمّ عند رؤيته هذه الصورة ، فأخبرها بأنها تجلب الأذى لنفسها وللمجتمع كله ، ولكنها لم تلق بالاً لما يقول . وكرر العامل الصحي زيارته لها مراراً من دون جدوى . وأخيراً أبلغ العائلة بأنها مالم تقم بتنظيف المنطقة قبل نهاية الأسبوع ، فإنه سيقاضيها مما سيضطرها إلى دفع غرامة كبيرة . وخشيت العائلة هذا الإحراء ، وأسرع أفرادها إلى تنظيف بيتهم وفنائه .

ثم حضر العامل الصحي في الأسبوع التالي حسب وعده . ورأى أن المكان أصبح نظيفاً . فطلب من العائلة أن تحافظ على نظافة المكان على الدوام ، وهددها مرة أخرى بأنه سيقاضيها إذا لم تمتثل لطلبه ، ثم غادر المكان ولم يعد طوال أشهر عديدة .

وعندما لم تر العائلة الرجل من جديد ، اعتقدت أن تهديده لم يكن جاداً وغضبت لذلك . ولم تفهم لماذا يأتي رجل غريب إلى بيتها ويأمرها بما يريد . فسرعان ما بدأت تلقي بالقمامة خلف البيت من جديد .

وأخيراً عاد العامل الصحي ورأى ما حدث . وعندما حاول التحدث مع العائلة ، طلبت إليه أن يتركها وشأنها ، وهددته أنها ستقاومه لو حاول أن يدخل المنزل .

وهكذا عندما حاول العامل الصحي استخدام القوة مع العائلة وحملها على القيام بما يريد فعل أفرادها ما طلبه منهم في بداية الأمر ، وبعد ذلك عصبوا ورفضوا التعاون معه .

تقديم المعلومات

في قرية الصفا أقبل الموسم الذي يصاب فيه كثير من الأطفال بالحصبة . وانتاب العاملون الصحيون هناك شعور بالقلق لأن الكثيرين من الأطفال لم يطعمّوا ضد الحصبة . وقرروا الدعوة إلى اجتماع يضم أصحاب الرأي في القرية والأمهات .

وأثناء الاجتماع تحدث العاملون الصحيون عن كل ما يتعلق بالحصبة . وذكروا أن الحصبة تتسبب عن فيروس دقيق الحجم ينتشر خلال الهواء من طفل إلى آخر . ويحدث ذلك على وجه الخصوص في الأماكن التي يدنو فيها الأطفال بعضهم من بعض . وذكر العاملون الصحيون إن الحصبة تظهر أول ما تظهر على هيئة طفح مصحوب بالحمى . وذكروا أن مخاطر الحصبة تشمل الإلتهاب الرئوي والعمى والوفاة . وقالوا إن المرض ينتشر بسهولة في هذا الوقت من السنة ، ولذلك طلبوا من جميع القرويين أن يُحضروا أطفالهم إلى المركز الصحي في أيام الأربعاء بأسرع ما يمكن ، حيث يعطى الأطفال حقنة خاصة لحمايتهم أو « تطعيمهم » ضد المرض .

وبعد حوالي الشهر لاحظ العاملون الصحيون أن قليلاً جداً من الأمهات فقط أحضرن أطفالهن لتطعيمهم ضد الحصبة ، فانتابهم شعور بالقلق لاسيما وإنهم كانوا واثقين من أنهم قد قدموا المعلومات الصحيحة إلى القرويين . فذهبوا إلى أصحاب الرأي في القرية ليتبينوا ما حدث .

وأدلى قادة القرية للعاملين الصحيين بكثير من الآراء فقالوا أولاً : إن أهل القرية يعتقدون أن سبب الحصبة هو الدخان المتصاعد من أنواع معينة من الحطب المحترق . وثانياً أن أهل القرية لم يقتنعوا بأن المرض يمكن أن ينتقل من شخص إلى آخر . وأخيراً قالوا إن بعض الأمهات كن يرغبن في التطعيم لكنهن واجهن بعض الصعاب في الحضور إلى المركز الصحي لأن السوق الرئيسية في المنطقة كانت تقام صبيحة يوم الأربعاء من كل أسبوع .

وكان تصرف هؤلاء العاملين الصحيين أفضل من تصرف العامل الصحي الذي سبق ذكره . فهم لم يستخدموا القوة بل تمكنوا من جذب بعض الناس إلى التطعيم . ولكن نجاحهم كان محدوداً . فرغم أن معلوماتهم الصحية كانت صحيحة إلا أن تشجيع معظم الأمهات على إحضار أطفالهن للتطعيم لم يكن كافياً وحده ، إذ كانت هناك عوامل أخرى أعظم تأثيراً في سلوك الأمهات لم يضعها العاملون الصحيون في الاعتبار .

المناقشة والمشاركة

يزور العاملون الصحيون الممتازون الناس في مجتمعاتهم ، ويصغون إلى مشاكلهم .

فذات يوم قامت العاملة الصحية السيدة فريدة بزيارة جماعة من المزارعين . وجلست بعض الوقت تستمع إلى مشكلاتهم . وكان المزارعون يشكون من أنهم ضعاف ومتعبون . ورأت العاملة الصحية أنهم كانوا شاحبي الوجوه ، واشتبهت في أنهم مصابون بالديدان الشِيصِّية .

سألت العاملة الصحية المزارعين عما يعتقدونه سبباً لهذه المشكلة . فقال بعضهم إن السبب هو الإفراط في العمل . وقال آخرون هي حرارة الطقس الشديدة . بل إن أحدهم قال إن المزارعين في القرية المجاورة يكنّون الحسد لهم ، وهم يسحرون لهم حتى تصيبهم العلل . ثم سألتهم العاملة الصحية عما يعملونه لحل هذه المشكلة . فقال أحدهم إن زوجته تجعله يستزيد من الطعام . بينما قال

آخر إنه ينام مبكراً . وقال بعضهم إنهم يشربون المقويّات المصنوعة من الأعشاب المغلية . فسألتهم العاملة الصحية عما إذا كانت أي من هذه الاجراءات قد جلبت لهم الشفاء ، وكان رد جميع المزارعين بالنفي .

وبعد ذلك سأل المزارعون العاملة الصحية عما إذا كان في استطاعتها مساعدتهم . فقالت إنها ستحاول ذلك ، إلا أنها في حاجة إلى معرفة الكثير عن عملهم اليومي . فبدأت بالسؤال عن الزي الذي يرتديه المزارعون أثناء العمل . فأجابوا بأنهم يرتدون « سراويل قصيرة وقمصاناً خفيفة » . وسألتهم عما إذا كانوا يرتدون شيئاً في أقدامهم ، وكانت الإجابة على ذلك بالنفي . وسألتهم أيضاً أين يتبرزون أثناء وجودهم في المزرعة ؟ فقالوا إنهم يقضون حاجاتهم في أي مكان بالقرب منهم .

وأعربت العاملة الصحية عن شكرها لهم ، وقالت : « لقد أوحت لي إجاباتكم ببعض الأفكار عن مشكلتكم الصحية . ألا تعلمون أن هناك ديداناً صغيرة يمكن أن تنفذ إلى داخل أجسام الناس ؟ » وقال بعضهم إنهم شاهدوا بأعينهم الديدان في برازهم أحياناً . ولابد أن الديدان قد اخترقت أجسامهم بطريقة أو بأخرى .

وقالت العاملة الصحية : « هناك ديدان مختلفة لها أساليب متباينة في اختراقها للجسم » واستطردت قائلة : « وعندما تكون هذه الديدان داخل الجسم فإن بعضها يأكل الطعام الموجود في الأمعاء بينما يتغذى البعض الآخر على الدم مما يصيب الناس بالضعف . وإحدى هذه الديدان ، وهي التي تسمى بالدودة الشِيصيّة ، تسبب للمزارعين الكثير من المتاعب ، إذ أنها توجد في التربة ومن المحتمل أن تكون هذه هي سبب مشكلتكم . فبعد أن تخترق قدم الإنسان تنتقل إلى أمعائه وتتعلق بشصها في جدرانها وتمتص دمه . ولا تُرى الديدان على الدوام في البراز . فعندما يتبرز الإنسان يفرغ بعض البيض الدقيق الحجم مع البراز وهذا تصعب رؤيته » . ولم يكن بعض المزارعين مقتنعاً بذلك ، فسألها أحدهم « لِمَ لا يكون الطقس الحار هو السبب ؟ » فأجابت العاملة الصحية إن الطقس الحار يساعد على فقس البيض ونموه في التربة . وسأل مزارع آخر : ماذا عن جيراننا الذين يكنون لنا الحسد ؟ . فشرحت لهم العاملة الصحية : إن الجيران يمكنهم نشر الدودة الشِيصيّة عن طريق تبرزهم في الحقول على الرغم من عدم علمهم هم أيضاً بحكاية الدودة الشِيصيّة . وأخيراً تقبل المزارعون هذه الأفكار .

وسألت العاملة الصحية المزارعين : ما الذي يمكن أن تفعلوه لاتقاء الديدان الشصية ؟ » أجاب أحدهم : « نرتدي أحذية » إلا أن الآخرين لم يستحسنوا هذه الفكرة لأن الأحذية غالية الثمن وتزيد الإحساس بالحرارة . وقال آخر « نستخدم مراحيض » . فضحك الآخرون . وقالوا أنه ليس في مقدروهم بناء مرحاض في كل مزرعة .

وسألت العاملة الصحية عن إمكان عمل أشياء أخرى أبسط وأرخص فأجاب مزارع : أن « الصنادل » رخيصة الثمن ، وهي من صنع محلي . وتلك المصنوعة من المطاط ولدائن البلاستيك تباع في السوق » . واقترح مزارع آخر أن بإمكانهم استخدام المجرفة لحفر حفرة عند التبرز . فاستحسنت الجماعة هاتين الفكرتين ، ووافق الجميع على شراء الصنادل ، ودفن برازهم في

المزرعة . وعلقت العاملة الصحية بأن دفن البراز يمكن أن يكون خطراً مالم يكن بعيداً عن أي مكان يمكن أن يحفر خطأ أثناء الحرث .

وقبل أن تغادر العاملة الصحية المكان طلبت من المزارعين مقابلتها في العيادة ، فهناك يمكنها فحص برازهم للتحقق من وجود الديدان فإن وجد فيه بيض الدودة الشصية فيمكنها حينئذ أن تقدم لهم الدواء اللازم لقتل هذه الديدان . وذكّرتهم بزوجة ذلك المزارع التي قالت إنه ينبغي أن يستزيد من الطعام ، وقالت إن هذا القول حكيم لأن الديدان اغتذت بالكثير من الدم . وأضافت إن الخضراوات الورقية الخضراء واللحوم يمكن أن تساعد على استعادة الدم المفقود . وشكر المزارعون العاملة الصحية . وفي اليوم التالي حضر المزارعون جميعهم إلى العيادة طلباً للدواء . وكان كل منهم مرتدياً صندلاً في قدميه .

لقد نجحت هذه العاملة الصحية وأدت مهمتها على خير وجه . فهي لم تدفع الناس دفعاً . ولم تكتف بإعطاء المعلومات وحدها ، بل جعلت الناس يُفكرون في مشكلاتهم الصحية ، كما طلبت منهم أن يفكروا في طرق حل مشكلاتهم ، وشاركت المزارعين في كل ذلك . وفي النهاية اتفقوا جميعاً على التصرفات التي من شأنها أن تقيهم وتحسّن صحتهم .

دور التثقيف الصحي

في الأوضاع الثلاثة السابقة كانت عاملة صحية واحدة فقط هي التي مارست التثقيف الصحي . ونقصد بها العاملة الصحية الثالثة التي شجعت الناس على فهم مشكلاتهم الصحية واختيار أنسب الحلول لها بأنفسهم .

فكر مرة أخرى في المشكلات التي واجهت العاملين الصحيين الأولين ، وماذا ينبغي لهما فعله لو أنهما أرادا استخدام التثقيف الصحي .



إن أسلوب التثقيف الصحي يشجع الناس على التحدث عن مشكلاتهم الصحية الخاصة وإيجاد الحلول المناسبة لها . ودور العامل الصحي هو مساعدة الناس على التفكير في أفضل الحلول .

ويمكن للعمال الصحيين استخدام التثقيف الصحي بنجاح باتباع ما يلي :

- التحدث مع الناس والاستماع إلى مشكلاتهم .
- التفكير في السلوك أو الفعل اللذين يمكنهما إحداث هذه المشكلات أو علاجها أو الوقاية منها .
- اكتشاف أسباب سلوك الناس (المعتقدات ، آراء الأصدقاء ، نقص المال وغيرها) .
- مساعدة الناس على معرفة أسباب تصرفاتهم ومشكلاتهم الصحية .
- دعوة الناس إلى أن يقدموا أفكارهم بشأن حل المشكلات .
- مساعدة الناس على التأمل في أفكارهم حتي يمكنهم اكتشاف أيها أكثر نفعاً وسهولة في التنفيذ .
- تشجيع الناس على اختيار أنسب الأفكار لظروفهم الخاصة .

ما الذي نعنيه حقاً بالتثقيف الصحي ؟

التثقيف الصحي هو ذلك الجزء من الرعاية الصحية الذي يعني بتحسين السلوك الصحي .

قد يكون سلوك الشخص هو السبب الرئيسي لمشكلة صحية ، ومع هذا فيمكن أن يكون هو الحل الرئيسي أيضاً . وهذا ينطبق على الصبي الذي يدخّن ، وعلى أم الطفل سيء التغذية وعلى الجزار المصاب بجرح في إصبعه . فعن طريق تغيير السلوك يمكن لهؤلاء الأفراد أن يحلوا الكثير من مشاكلهم بل ويتجنبوها .

إننا من خلال التثقيف الصحي نساعد الناس على فهم سلوكهم والكيفية التي يؤثر بها في صحتهم . فنحن نشجعهم على اختيار ما يفضلونه من أجل الحياة حياة صحية ، ولا نجبرهم على التغير .

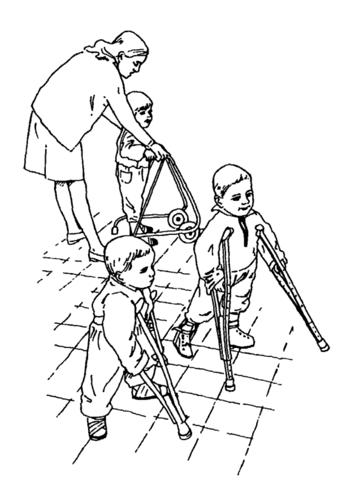
ولا يحل التثقيف الصحي محل غيره من الخدمات الصحية ، ولكنه ضروري للتشجيع على الاستخدام الصحيح لتلك الخدمات . وأحد الأمثلة لذلك هو التطعيم : فلقد صنع العلماء لقاحات كثيرة للوقاية من الأمراض ، ولكن لا قيمة لهذا الإنجاز مالم يذهب الناس لتلقي التطعيم . وبالمثل فإن المرامد (مواقد حرقُ القمامة) لا قيمة لها مالم يضع الناس القمامة بداخلها .

إن التثقيف الصحي يحث على السلوك الذي يحسن الصحة ويقي من العلل ويشفي من الأمراض ويسهل التأهيل . كذلك فإن احتياجات واهتمامات الأفراد والعائلات والجماعات والهيئات والمجتمعات تقع في صلب برامج التثقيف الصحي . ومن ثمّ فهناك العديد من المجالات لممارسة التثقيف الصحي .

وليس التثقيف الصحي مرادفاً للإعلام الصحي . فالإعلام الصحيح جزء أساسي من التثقيف الصحي بالتأكيد ، ولكن التثقيف الصحي يجب أن يعنى أيضاً بالعوامل الأخرى التي تؤثر في السلوك الصحي مثل يسر الحصول على الموارد ، وفعالية قيادة المجتمع ، والدعم الاجتماعي من أفراد العائلة ، ومستويات مهارات المساعدة الذاتية . وعلى ذلك ، فإن التثقيف الصحي يستخدم مجموعة متنوعة من الطرائق لمساعدة الناس على فهم أوضاعهم واختيار الإجراءات التي تحسن صحتهم . ولا يكمل التثقيف الصحي إلا إذا شجع على اشتراك الناس وقيامهم بالاختيار بأنفسهم . فعلى سبيل المثال ، إن الاقتصار على دعوة الناس إلى اتباع « سلوك صحي طيب » ، ليس تثقيفاً صحياً . فعلى الرغم من أن إحضار الطفل شهرياً إلى العيادة لوزنه سلوك يعزز الصحة ، فإن بعض الأمهات يرين الوضع من وجهة نظر مختلفة . فقد يعتقد بعضهن أن الطفل السليم لا حاجة به إلى الذهاب إلى العيادة ، وقد لا يرى بعضهن أية فائدة من وزن

الرضيع ، وقد يعتقد بعضهن أن العمل المنزلي أو المهام الأخرى أهم من وزن الطفل السليم . وفي التثقيف الصحي ، تؤخذ هذه الآراء المختلفة في الاعتبار عند البحث عن حلول للمشاكل .

كما أننا ، في التثقيف الصحي لا نلوم الناس إذا لم يتصرفوا بأسلوب صحي . فليس السلوك غير الصحي ، في أحيان كثيرة ، خطأ الفرد . وفي التثقيف الصحي يجب علينا



هناك العديد من المجالات لتقديم التثقيف الصحي بالاضافة إلى الوقاية من الأمراض . فكما هو واضح هنا ، يضطلع التثقيف الصحي أيضاً بدور في التزويد بالمهارات لتأهيل المعوقين .

أن نعمل مع العائلات والمجتمعات ، بل حتى السلطات الإقليمية والوطنية ، للتأكد من إتاحة الموارد والدعم لتمكين كل فرد من الحياة حياة صحية .

من هو المثقف الصحي ؟

بعد أن فهمنا جوهر التثقيف الصحي فإن من الضروري أن نجيب على السؤال التالي : من هو المُثَقِّف الصحي ؟ صحيح أن بعض الناس يتلقون تدريباً خاصاً على القيام بأعمال التثقيف الصحي ، وربما نطلق على هؤلاء الناس إسم الأخصائيين . لكن حيث إن جميع العاملين الصحيين معنيون بمساعدة الناس على تحسين معارفهم ومهاراتهم الصحية ، فإن عليهم جميعاً أن يمارسوا التثقيف الصحي ، أثناء قيامهم بوظائفهم . ومن خلال القيام بأعمال التثقيف الصحي يمكن للممرضات والقابلات ، وكذلك للعاملين في حقل الرعاية الصحية الأولية أن يجعلوا الرعاية الصحية أكثر فعالية .

ومن ثمّ فإن التثقيف الصحي هو في حقيقة الأمر واجب كل الأشخاص الذين يمارسون أعمال التنمية الصحية وأنشطة تنمية المجتمع .

فإذا لم يمارس العاملون الصحيون وغيرهم من العاملين التثقيف الصحي أثناء قيامهم بوظائفهم اليومية فإنهم لا يؤدون أعمالهم على الوجه الصحيح . فعند معالجة شخص مصاب بمرض جلدي معد أو بالملاريا ، ينبغي للعامل الصحي أن يثقف المريض بأسباب المرض ويعلمه طرق الوقاية . فالأدوية وحدها لا تحل المشكلة . ومن دون التثقيف الصحي قد يقع العليل فريسة المرض نفسه مراراً وتكراراً .

وعلى نفس هذا المنوال فإنه لابد لبرنامج إصحاح البيئة أن يشتمل على التثقيف الصحي . فلا يكفي أن توفر وزارة الصحة أو الهيئة المختصة الآبار الصحية والمراحيض ووسائل جمع الفضلات ، فالناس سيظلون يعانون من الأمراض الناشئة عن سوء الإصحاح مالم يستخدموا تلك المرافق . وإذا ما أتبع إسلوب التثقيف الصحي ، فإن الناس سوف يشتركون منذ البداية في التعرف على مشكلاتهم الإصحاحية وسوف يختارون ما يرتضونه من حلول ومرافق . عندئذ سيزيد احتمال استخدام الناس لهذه المرافق وتحسن صحتهم .

ويجب أن يدرك العاملون الصحيون أنهم قدوة ، وأن الآخرين يتعلمون بالاقتداء بهم . فالقابلة التي لا ترتدي زياً نظيفاً وعامل المستوصف الذي لا يحافظ على نظافة مركز الإسعاف يضربان مثلين سيئين . فسوف لا يصدق الناس هذين العاملين الصحيين عندما يتحدثان عن الصحة والتصحح hygiene . أما العاملون الصحيون



رضيع سليم الصحة يوزن في عيادة



لدى العاملين الصحيين فرص كثيرة لممارسة التثقيف الصحي أثناء معالجة المرضى ، كأن يُشرح للطفل الأسباب التي تدعو إلى المحافظة على نظافة الجروح ، تفضيلاً على الاقتصار على تضميدها .

الذين يبنون مراحيض في منازلهم ويطهرون الماء الذي يشربونه ويطعمون أطفالهم أغذية مغذية ، فإنهم بضربهم المثل يبثون العادات الصحية بين جيرانهم .

العمل مع الناس

إننا ، في مجال التثقيف الصحي ، نهتم بما يشعر به الناس بالفعل لا بما نعتقد أنه الشعور الذي يجب أن يشعروا به . ونحن نهتم برؤية الناس لمشاكلهم الخاصة لا بالمشكلات التي نراها نحن . ونحن نريد أن ينميّ الناس الثقة والمهارات اللازمة ليساعدوا أنفسهم بأنفسهم . ولا ننتظر جزاءً ولا شكوراً ، ولكن يحدونا الشعور بالفخر إذا الناس تعلموا على أيدينا المهارات اللازمة لحل مشكلاتهم الخاصة .

ولتمكين الناس من تعلّم هذه المهارات نحن في حاجة إلى ما يلي :

- إقامة علاقات طيبة (الصفحات ٣٠-٣٣) .
- التواصل بوضوح (الصفحات ٣٣-٣٥) .
- التشجيع على المشاركة (الصفحات ٣٥-٤٠) .
- تجنّب المحاباة والتحيز (الصفحات ٤٠-٤٢) .

تلك هي النقاط الأربع التي نتناولها بالدراسة في هذا الفصل .

إقامة علاقات طيبة

العلاقات التي تنطوي على المساعدة

هناك كثير من الناس عملهم هو مساعدة الآخرين . ومثال ذلك : المدرسون والأخصائيون الاجتماعيون ، والمرشدون الزراعيون والممرضات وغيرهم .

وبوصفك عاملاً صحياً في « الخط الأمامي » ، فإنك تنتمي أيضاً إلى فئة المهنيين المساعدين للناس . ولكي تصبح مساعداً ناجحاً لابد أن تقيم علاقات طيبة مع أولئك الذين تود أن تساعدهم . فإذا أحبك الناس ووثقوا بك وأحسوا بالارتياح نحوك فإنك ستكون عندئذ في وضع أفضل يمكنك من مساعدتهم .

وفي مقدورك أن تجعل الناس يثقون بك باحترامك إياهم (بغض النظر عن هويتهم ومعتقداتهم أو موطنهم) والإصغاء إليهم وتشجيعهم على تنمية نقاط القوة فيهم .

أي شخصية أنت ؟

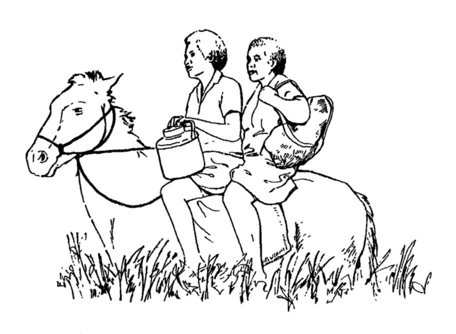
من أنت (شخصيتك) وماذا تفعل (تصرفاتك) . هذان أمران يؤثران في نظرة الناس إليك وتفكيرهم فيك . كما أن شخصيتك وتصرفاتك تؤثر في نوع العلاقات التي يمكن أن تقيمها مع الناس في المجتمع .

نعم إنك عامل صحي ولكنك تمثل أيضاً أشياء عديدة أخرى . فأنت في عمر معين وتنتمي لأحد الجنسين وإلى عائلة بعينها وإلى فئة اجتماعية بالذات وإلى جماعة عمل معينة . وربما تكون عضواً في جماعة دينية . كل هذه العوامل تحدد كيف ينظر الناس إليك وماذا يتوقعون منك . فأنماط السلوك المتوقعة من شخص ما تختلف باختلاف عمره وجنسه وديانته والعمل الذي يقوم به .

تعرّف على توقعات المجتمع وآماله وتفهم حقيقة شخصيتك . فلسوف يعينُك ذلك على إقامة علاقات طيبة على صعيد مجتمعك . تعرّف نفسك وشخصيتك بملاحظة كيف يتصرف الناس تجاهك . فإذا كان أفراد المجتمع لا يصغون إليك أو يجتنبونك بصفة عامة ، فاسأل أصدقاءك أو زملاءك الذي تثق بهم ما إذا كانوا لاحظوا هم أيضاً ذلك . واسألهم عما إذا كانوا يعلمون أية أسباب ممكنة لهذا التصرف . وحاول ، مما تعرفه عن نفسك ، أن تغير تلك النواحي من شخصيتك التي تزعج المجتمع المحيط بك .

كيفية إقامة علاقات طيبة

كي تقيم علاقات طيبة لابد أن يراك الناس أثناء قيامك بعملك . ولابد أن يكون في إمكانهم مشاهدتك . ولابد من قيامك بأعمال يحس الناس بقيمتها وفائدتها . ولابد أن تتصل بالناس وتشرح لهم طبيعة عملك . ويجب أن تصغي إليهم أيضاً . أظهر لهم اهتمامك بمشكلاتهم وحاجاتهم . ولابد أن تكون موجوداً حين يحتاجون إليك .



في سبيل إقامة علاقات طيبة من الضروري زيارة أفراد المجتمع زيارات متكررة بأي وسيلة متاحة. فهاتان العاملتان الصحيتان تستخدمان جواداً للوصول إلى القرى التي تقومان بخدمتها. وقد يستخدم الآخرون الدراجات العادية أو البخارية أو الحافلات العامة أو سيارات النقل أو حتى السير على الأقدام.

وإذا كنت تعمل في محيط مجتمع ما فعليك أن تُعَرِّف الناس بنفسك (أو تعيد تعريفهم بك) . قم بزيارة أصحاب الرأي في المجتمع وممثلي الجماعات المختلفة . إلتقِ بالأشخاص الآخرين الذين يعملون من أجل النهوض بالمجتمع . وقم بزيارة رجال الدين والسياسيين والمدرسين والعاملين الزراعيين والمداوين التقليديين وغيرهم من العاملين الصحيين والأخصائيين الإجتماعيين . تعرّف على طبيعة عملهم . اشرح لهم طبيعة عملك . ناقش معهم كيفية العمل معاً في سبيل تحسين أحوال المجتمع .

وأخيراً تذكّر أن هدف التثقيف الصحي هو مساعدة الناس على حل مشكلاتهم بجهودهم الذاتية . وأن دورك هو أن تشرح لهم ما يمكنهم عمله في سبيل ذلك ، وأن تعلمهم مايلزم من المهارات . ويمكنك باتباع طرائق التثقيف الصحي أثناء عملك أن تساعد الناس على أن يفعلوا مافيه الخير للصحة . عندئذ سيحس الناس بأنهم قد أصبحوا أفضل من ذي قبل . كما أنهم سوف يقدرون فيك اهتمامك بهم وسهرك على رعايتهم . وسوف تزدهر علاقاتك بهم وتتحسن .

من هم الناس الموجودون في حياتك الخاصة أو حياتك المهنية الذين تربطك بهم علاقات طيبة ؟ ما الذي يجعل هذه العلاقة طيبة ؟ وهل هناك أناس آخرون بينك وبينهم علاقات دون ذلك ؟ ماذا يمكنك أن تفعل لتحسين تلك العلاقات ؟

التواصل بوضوح

في كل يوم نمر به في حياتنا نحاول مشاركة الغير أفكارهم ومشاعرهم ومعلوماتهم . ويُعرف ذلك « بالتواصل communication » . والتحدث هو أكثر صور التواصل شيوعاً ، إلا أن هناك صوراً أخرى كثيرة مثل : الكتابة وتحريك الأيدي والجسم والرسم والغناء وما إلى ذلك . وكثيرٌ من الوسائل التعليمية التي سنعرض لها فيما بعد هي في الحقيقة وسائل تواصل . ولذلك فإن مهارات التواصل ضرورية في التثقيف الصحي .

إن التواصل جزء من علاقتنا الطبيعية مع الآخرين . ولا تقوم للعلاقات الطيبة قائمة من دون المشاركة في الأفكار والمشاعر والمعلومات . وعلى نفس المنوال فإن المشاركة تتم بشكل أيسر بين الناس الذين تربطهم علاقات طيبة . وإقامة العلاقات الطيبة مع الناس ، كما سبق أن ذكرنا في القسم السابق ، تسير جنباً إلى جنب مع تنمية مهارات التواصل . ونناقش فيما يلي ثلاث مهارات مهمة لابد منها لإقامة العلاقات الطيبة .

التحدث والعرض بوضوح

إن هدف التواصل communication الجيد هو التأكد من أن الناس يسمعون ويرون ويفهمون الرسالة (الفكرة أو الإحساس) التي يتشاركون فيها ، لذلك فمن الضروري التحدث عن هذه الرسالة وكتابتها وعرضها بأسلوب واضح وبسيط .

ففي المقام الأول استخدم كلمات يفهمها الناس . فكثير من الكلمات المستخدمة في مجال الرعاية الصحية مثل التطعيم والتطهير والمطهر وفرط ضغط الدم والتدرن كلمات غير مألوفة لدى عامة الناس . ابحث عن الكلمات البسيطة والمألوفة لشرح تلك الأفكار . فعلى سبيل المثال ، استخدم عبارة « نظِّيف جيداً » بدلاً من « طهر » ، وابحث عن الأسماء المحلية الشعبية للأمراض . والعامل الصحي الذي يشارك في نشاطات

المجتمع ويتعرف على الثقافة culture المحلية سوف يسهل عليه استخدام الكلمات والأفكار المألوفة لدى الناس .

وثمة جانب آخر من جوانب التواصل بوضوح هو إستخدام ماقلّ ودلّ من العبارات . فالمحاضرات الطويلة من شأنها أن تُشعر الناس بالملل ، وأن تجعلهم ينسون الرسالة أو تغيّبها عن أذهانهم .

وعند استخدام الوسائل التعليمية المرتكزة على مواد مثل الملصقات والمعلقات والأفلام والصور من الضروري أن تكون هذه مألوفة للناس . فالوسيلة التعليمية الغريبة على الناس قد لا تنقل الفكرة المقصودة . تأكد من أن الكلمات المقروءة أو المسموعة المستخدمة في تثقيف الناس هي كلمات واضحة وبسيطة .

الإصغاء وإعادة الاهتمام

يقوم التواصل على الإرسال والإستقبال . وليس على العامل الصحي أن يتحدث إلى المجتمع بوضوح وحسب بل عليه أيضاً أن يصغي بعناية إلى أفراد هذا المجتمع ليفهم اهتماماتهم وأفكارهم .

فالإنصات هو طريقة للتعبير عن الاحترام . أعِر مايقوله الناس لك اهتماماً بالغاً . وشجعهم على التحدث بحرية . ولا توقفهم ولا تقاطعهم ولا تشرع في جدالهم ، فذلك من شأنه أن يمزق أواصر التواصل وربما لا تتحصل إلا على نصف الرسالة وربما لا تحصل على شيء على الإطلاق .



إن الإصغاء مهم للغاية في مجال التثقيف الصحي . فعن طريق الإنصات بعناية يتعرف العامل الصحي على حقيقة شعور الفرد تجاه المشكلة الصحية والأسباب التي حملته على التصرف بطريقة أو بأخرى . عندئذ يصبح في الإمكان مساعدته على إيجاد الحل المناسب لها .

وأثناء الإنصات إلى الناس لا تلتفت إلى أشياء أخرى . ولا تشغل نفسك بالعمل بينما يتحدث الآخرون إليك ، فإنك إن فعلت ذلك سيظنون أنك غير عابىء بهم .

المناقشة والتوضيح

عقب إنصاتك إلى شخص ما عليك التأكد من أنك سمعت حقيقة ما قاله . وعلى نفس هذا الغرار ، عليك بعد أن تتحدث أن تتأكد من أن الشخص الآخر قد سمع ما قلته على النحو الصحيح . كما أن طرح الأسئلة يمكن أن يساعد على توضيح ما يقال . لا تخش مطلقاً طرح الأسئلة إذ أنها تزيد من دقة التواصل بين الناس .

كذلك يحسن أن تقوم بتلخيص ما يقال . فبعد أن تستمع إلى شخص ما حاول أن تذكر له ما تعتقد أنه قد قاله . ثم اسأله عما إذا كنت قد فهمت أفكاره ومعانيه أم لا ، وافعل الشيء نفسه عندما تقوم أنت بالحديث : شجّع مستمعك على أن يلخص كلامك . عندئذ تعلم أنه قد فهم ما تقول أو لم يفهم . فهذا النوع من النقاش من شأنه أن يوجد تواصلاً صحيحاً .

إليك بعض ما يمكنك عمله لتتمرس على مهارات التواصل .

اطلب من اثنين من العاملين الصحيين أو من أصدقائك أن يلتقيا وإياك . أطلب من أحدهما أن يخبرك بإيجاز عن شيء ما هام حدث في الأسبوع الماضي . انصت إليه بعناية . واطلب من الآخر أن ينصت أيضاً . وبعد أن ينتهي صديقك الأول من حديثه لخص ما قاله وأعده بإيجاز . واطلب من كليهما تصحيحك إن كنت قد أخطأت . وبهذا الأسلوب سوف تتعلم كيف تحسن الإنصات .

وبعد ذلك أخبر أحدهما بشيء فعلته في الأسبوع الماضي واطلب منه أن يلخص ما قلته . وبهذا الأسلوب سوف تتعلم التحدث بوضوح . كرر هذا التمرين عدة مرات لصقل مهاراتك .

التشجيع على المشاركة

تعني المشاركة في مجال التثقيف الصحي أن يعمل الفرد أو الجماعة أو المجتمع على نحو فعال مع العاملين الصحيين وغيرهم من العاملين في تنمية المجتمع من أجل حل مشكلاتهم . والمشاركة ضرورية في كل خطوة بدءاً من التعرف على المشكلات حتى

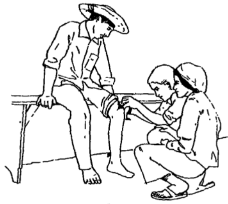
إيجاد حل لها . وبعد أن تقيم علاقات طيبة مع الأفراد ومع المجتمعات عليك أن تشجعهم على المشاركة . فاستخدم مهاراتك في التواصل communication وشجعهم على التحدث بينما أنت منصت إليهم وبذلك يشارك الناس في التعرف على مشاكِلهم .

لماذا ينبغي أن يشارك الناس ؟ أولاً : إذا شارك الناس فسوف يكونون أكثر اهتماماً بمساعدة أنفسهم . وسوف يكونون أكثر التزاماً باتخاذ الاجراءات اللازمة للنهوض بصحتهم .

وثانياً : إن الناس مسؤولون عن صحتهم . ويمكن للعامل الصحي أن يرشد الناس لإيجاد حلول لمشاكلهم ، ولكنه لا يستطيع تحمل المسؤولية المباشرة بنفسه . فإذا أتت اليه أم تحمل طفلها الذي يعاني من نقص التغذية فإنه لا يستطيع أن يأخذ هو الطفل إلى بيته ويطعمه بنفسه . وإذا أعطى العاملون الصحيون الناس دواءً ضد الحمى فإنهم لا يستطيعون تتبع هؤلاء الناس إلى منازلهم ووضع الأقراص في أفواههم مرة كل أربع ساعات . وإذا اشتكى مجتمع من عدم توافر المياه النقية فإن العاملين الصحيين لا يستطيعون تقديم المال اللازم لحفر البئر . لاشك أنهم يستطيعون تقديم العون ، لكن أهم أنواع العون هو العون الذاتي . فلدى العاملين الصحيين فرص كثيرة للحث على العون الذاتي ، وانظر الصورة التوضيحية الواردة في الصفحة ٣٣ كمثال لذلك .

المشاركة في التعرف على المشكلات

يخطىء العاملون الصحيون إذا قالوا للمجتمع « نحن ندرك تماماً مشاكلكم الأساسية » . صحيح أن العاملين الصحيين على دراية بكثير من المشكلات . فهم



تمارس عاملة صحة المجتمع هذه التثقيف الصحي أيضاً كجزء من عملها . فبينما هي تعالج الزوج فإنها تقوم أيضاً بتعليم الزوجة المهارات البسيطة اللازمة للعناية بالجروح .

يعلمون من سجلات العيادة أن الكثير من الناس يعانون من الملاريا على سبيل المثال . وهذه مشكلة صحية . وربما يزورون المجتمع ويشاهدون القمامة متناثرة هنا وهناك . وتلك أيضاً مشكلة . ولكن مالم يدرك الناس أن هناك مشكلة فانهم لن يهتموا بحلها . إنك قد تثير ضيق الناس إن ادعيت أنك على علم بكل ما يدور في حياتهم .

شجّع الناس على التعرف على مشكلاتهم الخاصة بهم أولاً ، وعندئذ سيكونون أكثر استعداداً لمعالجتها . إن معظم المشكلات تتعلق بالصحة بطريقة أو بأخرى . وعلى العاملين الصحيين أن يظهروا اهتماماً بمساعدة الناس على التصدي للمشكلات التي يُحسون هم بها . فذلك من شأنه أن يولدّ الثقة ويوطّد العلاقات فيما بينهم .

المشاركة في ايجاد الحلول

إذا قال العاملون الصحيون : « نحن نعرف الحل الأمثل لمشكلتكم » فإنهم يرتكبون خطأ آخر . فالحلول « المثلى » بالنسبة لفرد أو لمجتمع ما قد لا تكون كذلك بالنسبة لفرد أو مجتمع آخرين . فالمجتمعات تتفاوت في مقادير المواد التي لديها ، وتختلف في المعتقدات والقيم . كما تختلف أيضاً أنماط قاداتها . ولابد أن يتوافق حل المشكلة مع ظروف الحياة الحقيقية للشخص أو للمجتمع . ولا يتأتى ذلك إلا بمشاركة الفرد أو المجتمع المعنيين .

وفي مقدور العامل الصحي بالطبع أن يقدم بعض المقترحات إلا أن الأفكار ينبغي أن تنبع أولاً من الناس . وكلما زاد عدد الأفكار كان ذلك أفضل . أدرس مع الأهالي المعنيين كل اقتراح بعناية للتحقق من صلاحيته ، ثم شجعهم على اختيار الحل الأفضل لهم .

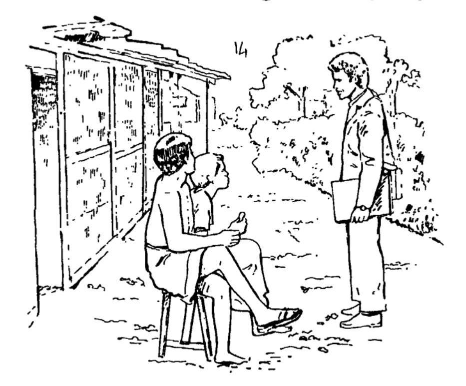
المشاركة في العمل

يقترف العامل الصحي خطأً جسيماً أيضاً إذا قال « لا عليكم . سأفعل كل مايلزم لحل مشكلتكم » فعليك أن تتذكّر أن الناس مسؤولون عن صحتهم . فإذا قمت بكل العمل نيابة عنهم فربما يقومون بتوجيه النقد إلى النتائج ويلقون عليك باللائمة ، ولكن ، لا يعني ذلك أنه يتعين عليك أن تتركهم يفعلون كل شيء بأنفسهم . بل العكس ، كن واضحاً فيما تستطيع وما ينبغي لك عمله وفيما يستطيع الناس عمله وما يستطيعون

تعلّمه . وبينما توجد مهام صحية محددة لابد أن تمارس من قبل شخص تدرب عليها ، فلابد أن يوجد أيضاً أكبر قدر مستطاع من الفرص للمشاركة كي يتسنى لأفراد المجتمع اكتساب المهارات التي يحتاجونها بالتجربة والخبرة .

تيسـير المشـاركة

عليك أن تتوخى اجتناب الوقوع في الأخطاء السابقة . وفكر فيما يمكن « لنا » أن نفعله لحل المشاكل وليس فيما أستطيع « أنا » عمله . فأنت مرشد ومُعين .



« لا عليكم ، سأفعل كل ما يلزم لحل مشكلتكم » . من شأن هذا الأسلوب أن يوجد المزيد من المشكلات على المدى البعيد لا أن يُحلها . ولِمَ ذلك ؟ لأن الناس يصبحون معتمدين على العامل الصحي . وأحد الأهداف الرئيسية هو مساعدة الناس على الاعتماد على أنفسهم وإكسابهم المهارات اللازمة للمشاركة على نحو فعال في كل خطوة على درب الرعاية الصحية الأولية بدءاً من التعرف على المشكلات وحتى إيجاد الحل المناسب لها .

ينبغي أن تتساءل أنت وأفراد المجتمع ماهي المشكلات التي يمكن أن نتعرف عليها ؟ وماهي أفضَل الحلول التي يمكن اختيارها ؟ وماهي الاجراءات التي يمكن لنا اتخاذها ؟

وفي محاولتك لتعزيز المشاركة عليك أن تراعي أموراً ثلاثة :

أولاً ، هناك بعض أساليب التثقيف الصحي التي تفيد في التشجيع على المشاركة . ومن أمثلة ذلك الاجتماعات والمناقشات الجماعية (انظر الفصل الخامس) . وقد تكون هذه الاجتماعات رسمية يدعو اليها أصحاب الرأي في القرية . وقد تكون غير رسمية في صورة مناقشات ودية تجرى مع الأفراد والجماعات الصغيرة . قم بزيارة الناس في بيوتهم . واذهب إلى الأماكن التي يجتمعون فيها طلباً للراحة من عناء العمل . تحدث معهم واستمع اليهم . وبهذه الطريقة ، سوف تعلم الكثير عن مشاكلهم . وأثناء الاجتماعات شجّع على طرح جميع وجهات النظر . فالأفراد الذين من طبعهم الهدوء والسكينة لديهم أفكار سليمة تماماً ككثيري الكلام . حاول ما وسعك أن تحصل على موافقة الجميع (وهذا يسمى اتفاق الآراء consensus) وبذلك تكون الخطة النهائية مقبولة لدى الجميع ، وتكفل مشاركة المجتمع والتزامه .

ثانياً ، تذكّر الثقافة المحلية عند تشجيع المشاركة . فأسلوب المشاركة يعتمد على نوع الثقافة . خذ الإجتماعات على سبيل المثال : ففي بعض الثقافات لا يُعَد مقبولاً أن يفصح الشباب عن آرائهم علناً . وفي هذه الحالة عليك أن تناقش مع المعنيين سبل إيجاد طريقة أخرى يمكن من خلالها أن يعبّر الشباب عن آرائه . فربما يمكن لقائد الشباب أن يتحدث بصفة خاصة مع بعض كبار السن . وربما يحتاج الأمر إلى أن تعمل بطريقة مهذبة على إفهام أصحاب الرأي في المجتمع قيمة المشاركة وأهميتها . إن حل أية مشكلة ليس بالأمر السهل وقد يستغرق وقتاً طويلاً ، ولكن مشاركة الناس تنطوي على قدر كبير من العون . وهناك أمثلة أخرى للمشاركة في الفصلين الثالث والسادس .

وأخيراً ، من الضروري في نطاق المجتمعات تشجيع القادة المحليين على القيام بدورهم . فإذا كانت المشكلة تؤثر في المجتمع بأكمله فعليك أن تتأكد من أن الجماعات المشتركة في التخطيط تمثل كل القطاعات . (وسنعرض لطرائق التعرف على القادة المحليين أو أصحاب الرأي في المجتمع في الصفحتين ٢٠٥ – ٢٠٦) . وينبغي على هؤلاء أن يقودوا تلك الجماعات في تحديد ماهية المشكلات الرئيسية ثم وضع الحلول والخطط لمعالجتها . ولابد أن يكون لكل فرد من أفراد الجماعة عمل يقوم به . وبهذا الأسلوب لا يشعر أي فرد بأنه مُسْتَبعد . وسيكون كل فرد ملتزماً بحل المشكلة ، مما سيحمل المزيد من الناس على اكتساب المهارات اللازمة وتعلّم مسؤوليات القيادة في المستقبل . إن المتابعة ضرورية للتحقق من أن كل شخص قد فهم دوره وأداه على خير وجه ممكن .

إن العمل لا يبدأ من فراغ . وعليك دائماً أن تشجع الناس على الاضطلاع بالمسؤولية .

المشـاركة في التقـييم

أثناء القيام بنشاط ما أو تنفيذ برنامج معين ، لابد من تقييم مدى التقدم طوال الوقت . وبالمثل ينبغي قياس النجاح أو الفشل في نهاية البرنامج ، (انظر الصفحتين ٨٢ و ٨٣ لمعرفة كيفية القيام بذلك) . والمشاركة لها دورها هنا أيضاً . فعن طريق مناقشة النتائج مع الناس يمكنك أن تساعدهم على التعلّم . فإن عرفوا لماذا كان مصير البرنامج النجاح أو الفشل أصبح في مقدورهم بذل جهود أفضل في المرة القادمة .

ماهو مقدار المشاركة في النشاطات الصحية في مجتمعك حالياً ؟ كم عدد الأشخاص الذين ساعدوا في آخر مشروعاتكم الكبيرة ؟ هل اضطلع كثير من الناس بالمسؤولية أم أن قليلاً منهم قد قام بكل العمل ؟ إذا كانت المشاركة محدودة فما سبب ذلك ؟ ما الذي يمكن أن تفعله لتحسين المشاركة في مجتمعك ؟ ماهي أفضل طريقة يمكن أن يساعد بها العامل الصحي في زيادة المشاركة ؟

تجنب المحـاباة والتحّيز

لكل منا أهواؤه . ولقد ناقشنا هذه المشكلة بإيجاز في الفصل الأول . والتحيز يعني ، الحكم على شخص سلفاً لمجرد أنه ينتمي إلى جماعة معينة . إنه شعور قوي بالوقوف إلى جانب الشخص أو ضده بسبب انتمائه إلى مجموعة عمرية أو قبلية أو ديانة معينة أو بسبب مستوى تعليمه أو مكان مولده . ولكي تنجح في التثقيف الصحي لابد أن تكون على وعي بأهوائك ومواقفك الخاصة . وربما كان الأمر صعباً ، إلا أنه لا ينبغي أن تدع هذه العوامل تؤثر في عملك . فعليك ألا تحابي جماعة دون أخرى . وأهم مافي الأمر أن لا تدع أهواءك تسبب العناء أو الأذى للجماعة التي تحاول خدمتها . وفيما يلي مثال لما يمكن أن يحدث اذا تركنا العنان لأهوائنا في عملنا .

كانت السيدة سلمى عاملة صحية لسنوات عدة في أحد أحياء المدينة . وذات يوم علمت أن عاملاً جديداً في مجال تنمية المجتمع عيّن للعمل في الحي . وكان عامل تنمية المجتمع السابق صديقاً لها . فأسفت على نقله . وكان الموظف الجديد صغير السن حديث التدريب . فحدثت السيدة سلمى نفسها قائلة : « كيف يمكن لهذا الصبي الصغير أن يساعد الحي الذي نعيش فيه ؟ إنه أصغر سناً من إبني . إنني أشك في مدى نفعه » .

وكانت السيدة سلمى تذهب كل يوم إلى عيادة صغار الأطفال لتتحدث مع الأمهات . وذات يوم أعربت لها الأمهات عن حاجتهن لتعلّم مهارات تمكنهن من كسب المزيد من المال لإطعام أطفالهن . وكان عمال تنمية المجتمع هم أول من فكرت فيهم السيدة سلمى . لقد كان صديقها القديم يمد يد العون في أمور كهذه . ولكنها تخشى الآن أن يكون عامل تنمية المجتمع الجديد أصغر كثيراً أو أقل خبرة من أن يؤدي هذه المهمة ، . لذلك فهي لا تطلب منه المساعدة .

وكانت السيدة سلمى متحاملة على عامل تنمية المجتمع الجديد ، وبذلك فانها قد تلحق الضرر بالأمهات اللائي تريد مساعدتهن . وعامل تنمية المجتمع مرجع عظيم القيمة في مثل هذه الأمور ، ولكن الأمهات لن يستفدن من مساعدته .

وإليك مثالاً آخر :

السيد نبيل عامل صحي في منطقة تضم عدداً كبيراً من القرى . وكان المفروض أن يزور كل قرية من هذه القرى مرة كل أسبوعين . ولما كان له أصدقاء كثيرون في قرية السعيدية فقد كان يزور هذه القرية مرة أو مرتين في الأسبوع . وبسبب تعدد زياراته لها على فترات قصيرة ، لم يكن لديه الوقت الكافي لزيارة سائر القرى الأخرى . لقد كان السيد نبيل يحابي قرية السعيدية ، مما جعله يهمل احتياجات القرى الأخرى .

ويتضح من المثال الثالث أنه لا ينبغي أن نتخذ المحاباة والتحيز سبيلاً لمكسب نجنيه ، بينما لا يجني المجتمع سوى الخسائر والمعاناة .

كان السيد جلال يعمل في مستوصف محلي . وكان ملماً بجميع الأدوية إلماماً جيداً . وكان يدين لعمه بالعرفان لأنه أتاح له فرصة التعلم وبالتالي الحصول على وظيفته . ومازال عمه يمده بالمال في بعض الأوقات . وكانت لهذا العم صيدلية صغيرة في المدينة . وعندما كان المرضى يأتون إلى المستوصف في الوقت الذي تشح فيه الأدوية التي يحتاجونها كان السيد جلال ينصحهم بالتوجه للمدينة لشراء الدواء من صيدلية عمه بدلاً من أن يحاول أن يوفر الدواء لهم . كان ذلك يكلفهم المزيد من التكاليف .

ورغم أن العامل الصحي محقّ في أن يحب عمه فإنه ليس محقاً في أن يسمح لهذه المحبة بالإضرار بالمرضى الذين يأتون إليه طلباً لمساعدته .

علينا أن نكون على حذر من أن يغلبنا الشعور بالتحامل والتحيز اللذين ربما يقوّضان الثقة القائمة بيننا وبين أفراد المجتمع والعلاقة الطيبة التي تربطنا بهم . وقد يزيدان من صعوبة عملنا في مجال التثقيف الصحي . وإذا أردنا من كل شخص أن يشارك في حل مشكلات المجتمع الصحية فعلينا ألا ندع التحامل والتحيّز يسيطران على تفكيرنا .

ومن خلال التثقيف الصحي ، ينبغي أن نتعرف على سلوكنا أيضاً . وعلينا أن نُحَسين من أنفسنا حتى نكون أقدر على خدمة الناس والمجتمعات التي هي في حاجة إلينا .

فكِرّ في أمر السيدة سلمى والسيد نبيل والسيد جلال . ماهي أسباب تحاملهم وتحيّزهم ؟ هل تعتقد أن في إمكانهم تغيير سلوكهم ؟ ربما يكون ذلك عسيراً . ما الذي توصي بأن يفعله كل منهم حتى لا يلحق تحاملهم وتحيزهم الضرر بالمجتمع ؟ هل هناك شخص آخر يمكنه المساعدة في هذا الشأن ؟

هل لديك شعور بالتحامل ضد العاملين الآخرين في مجال صحة المجتمع ، أو الأخصائيين الإجتماعيين ، أو بعض القرى أو المناطق المجاورة ، أو بعض أصحاب الرأي في المجتمع ، أو بعض الفئات الأخرى (مثل الشباب والشيوخ والجنس الآخر وسكان المناطق الأخرى وأصحاب الديانات المختلفة) ؟ هل تتحيز لصالح بعض الناس ؟

ما الذي يمكنك عمله للتأكد من أن تحاملك وتحيزك لا يضران بالناس المفروض أن تساعدهم ؟

التخطيط للتثقيف الصحي في مجال الرعاية الصحية الأولية

نحن نهدف في مجال التثقيف الصحي إلى تشجيع الناس على اكتساب الثقة والمهارات اللازمة لمساعدة أنفسهم . وبتعبير آخر ، ليس الغرض من مهارات التخطيط التي نناقشها في هذا الفصل أن يستخدمها العاملون الصحيون فحسب بل أيضاً المجتمع نفسه . إن إشراك المجتمع المحلي في عملية التخطيط عمل تعليمي في ذاته . فإذا تعلم المجتمع المهارات ومارسها أصبح في مقدوره أخذ زمام المبادرة في تخطيط نشاطاته وبرامجه . وهكذا ينشأ الاعتماد على الذات .

وفي هذا الفصل نتناول بالوصف ثماني مهارات أساسية من مهارات التخطيط :

- جمع المعلومات (الصفحات ٤٤-٥٩) .
- فهم المشاكل (الصفحات ٥٩-٦٤) .
- تحديد الأولويات والأهداف والاجراءات (الصفحات ٦٤-٧٢) .
- التعرف على الموارد وكيفية الحصول عليها (الصفحات ٧٢-٨٠) .
- الحث على العمل والمتابعة (الصفحات ٨٠-٨٢) .
- انتقاء الطرائق المناسبة (الصفحات ٨٢-٩٠) .
- تقييم النتائج (الصفحات ٩٠-٩٣) .
- مراجعة عملية التخطيط (الصفحات ٩٣-٩٩) .

ويجب أن لا ننظر إلى هذه المهارات على أنها خطوات تتبع وفقاً لتسلسل منتظم ، فبالطبع لابد من جمع المعلومات قبل الشروع في العمل . ورغم أن التقييم قد جاء في مؤخرة القائمة إلا أنه ينبغي أن يبدأ في مستهل العملية حتى يمكن تسجيل خطوات التقدم أو التأخر أولاً بأول .

وفي هذا الفصل تأكيد لأهمية استخدام التكنولوجيا الملائمة ، وضرورة مشاركة المجتمع المحلي ، وقيمة المشاركة بين المجتمع المحلي والعامل الصحي ، وكذلك ضرورة التنسيق بين مستويات التخطيط الصحي المختلفة .

جمع المعلومات

يقوم التثقيف الصحي الجيد على الحقائق . ولا يصح القول : « إنني أشعر أن سوء التغذية يمثل مشكلة لأن كثيرات من الأمهات لا يعرفن الأطعمة الصالحة لأطفالهن » . فلابد أن تكون هناك حقائق مثل : كم عدد الأطفال الذين يعانون سوء التغذية ؟ ما الذي تعنيه بسوء التغذية ؟ كيف تقيس ما إذا كان الأطفال يعانون سوء التغذية وكيف تتحقق من ذلك ؟ كم عدد الأمهات اللائي يعرفن ما يطعمن به أطفالهن ؟ وكم عدد اللائي لا يعرفن ذلك ؟ إذا كان عدد الأطفال سيئي التغذية كبيراً فهل نقص المعرفة هو السبب الوحيد لذلك ؟ إنك تحتاج إلى هذه المعلومات في مستهل البرنامج حتى تتمكن بسهولة في النهاية من قياس أي تغيّر يتحقق .

ماهي المعلومات التي نحتاج اليها ؟

نحن في حاجة إلى معرفة :

- أهم المشكلات في رأي الفرد أو الجماعة أو المجتمع الذي تساعده .
- المشكلات الأخرى في رأيك أنت .
- المشكلات التي يراها العاملون الآخرون في مجال صحة المجتمع .
- عدد الأشخاص الذين يعانون تلك المشكلات .
- العادات والأعراف المحتمل أن تكون قد أدت إلى هذه المشكلات .
- الأسباب المحتملة لهذه العادات .
- أسباب أخرى لهذه المشكلات .

وللحصول على هذه المعلومات ينبغي أن تكون على دراية تامة بالمجتمع الذي تعمل فيه . ومن بين ما ينبغي لك معرفته :

- المعتقدات والقيم المحلية التي تؤثر في الصحة .
- أنماط السلوك المقبولة في البيئة الثقافيه المحلية .
- الأشخاص المحليون الذين يتسمون بالأهمية ودواعي هذه الأهمية .
- كيفية اتخاذ القرارات بشأن المشكلات المحلية .

- خدمات الرعاية الصحية المتاحة ، التقليدية منها والحديثة .
- مواقع الخدمات .
- المهن الرئيسية التي يمتهنها كل من الرجال والنساء ، ومستوى التعليم في المجتمع المحلي ، ونوعية الإسكان ، حيث أن هذه العوامل قد تفيدك في معرفة بعض الشيء عن الظروف الاقتصادية للناس .
- النوادي والجمعيات والمنظمات القائمة .
- الأديان السائدة محلياً .
- الأساليب المحلية في مشاركة الأفكار والمشاعر .

هل تعرف كل هذه الأمور عن المجتمع الذي تعمل فيه ؟ وكيف تيسر لك العلم بها ؟ إن لم تكن على دراية بهذه الأمور كلها فقم أنت وغيرك من العاملين الصحيين والعاملين في تنمية المجتمع بجمع المعلومات اللازمة . ويمكن أن يناط بكل شخص جمع جانب من المعلومات المطلوبة عن المجتمع . وبعد جمع المعلومات التق مع الناس وناقشها معهم . تأمل في الأشياء الجديدة التي تعلمتها عن المجتمع الذي تعمل فيه .

أهمية جمع المعلومات

إن أي أسرة لن تقرر بناء منزل جديد من دون دراسة إمكان توافر الأرض وتكلفة مواد البناء . ولن يشرع أي طبيب في معالجة مريض من دون أن يبحث طبيعة المرض بطرائق معينة مثل الملاحظة وطرح الأسئلة على المريض وإجراء الفحوص المخبرية . وعلى نفس هذا المنوال فإن العاملين الصحيين الذين يمارسون التثقيف الصحي لابد لهم من دراسة المشكلة قبل مباشرة أي برنامج أو أنشطة لمعالجتها : وإليك بعض دواعي ذلك :

- من الضروري معرفة مدى ضخامة المشكلة (أي عدد المتأثرين بها) ومدى أهميتها أو خطورتها (أي عدد الوفيات والخسائر التي تسببها) . فالمعلومات الواضحة عن طبيعة المشكلة تسهل اختيار الأولويات .
- إذا جُمِعت المعلومات عن طبيعة المشكلة وحجمها قبل البرنامج وبعده أمكن معرفة الأثر الذي يحدثه البرنامج .

- ومن شأن المعلومات التي تجمع عن المجتمع أن تمكن من اختيار أنسب السبل لمعالجة المشكلة (أي الاستراتيجيات) سواء فيما يتعلق بالمشكلة في حد ذاتها أو البيئة الثقافية التي توجد فيها هذه المشكلة . وسوف تجد المزيد من المعلومات عن الأولويات والاستراتيجيات في الصفحة ٦٤ .

كيف تجمع المعلومات

توجد ثلاث سبل رئيسية لجمع المعلومات عن الأفراد والجماعات والمجتمعات . وأولى هذه السبل هي الملاحظة ، أي تجميع المعلومات من خلال المراقبة والإصغاء . وثانيتها هي المقابلة الشخصية interviewing وتشمل المناقشة وطرح الأسئلة وثالثتها هي السجلات والوثائق وهي تتكون من ملاحظات وتجارب الآخرين .

وهذه الطرق الثلاث غالباً ما تستخدم مجتمعةً لإعطاء صورة كاملة عن مشكلة ما أو مسح للمجتمع واحتياجاته . فعلى سبيل المثال في حالة الأمراض التي تحملها المياه ، من المفيد استجواب الناس في لقاءات شخصية لمعرفة من أين يحصلون على المياه وكيف يخزنونها . وثانياً من المهم ملاحظة مختلف مصادر المياه المحلية لمعرفة ما إذا كان الناس يستخدمونها ، حقاً ، بالطريقة التي ذكروها في اللقاءات الشخصية . وأخيراً فإن السجلات الموجودة في العيادات تعطينا فكرة عن عدد الأفراد الذين يعانون بالفعل من الأمراض التي تحملها المياه .

الملاحظـــة

إعرف ما يجب أن تلاحظه وكيف تلاحظه

يجب أن تجري الملاحظة بدقة . قرر مقدماً ما يجب أن تلاحظه وكيف تلاحظه . فعلى سبيل المثال قد يشكو الآباء والمدرسون من وجود دم في بول الأطفال . وربما يكون السبب هو داء البلهرسية ، وهو مرض يصيب المرء عند الخوض في مياه لوثها أشخاص مصابون بالمرض بالتبول أو التغوط في الماء . وفي هذه الحالة فإن من المهم (١) ملاحظة ما إذا كانت القواقع التي تؤوي المرض موجودة في المجاري المائية ، (٢) ملاحظة سلوك الأطفال الموجودين على ضفاف المجاري المائية . فإذا ظهر بالملاحظة وجود قواقع حاملة للمرض ، وأن الأطفال يلعبون ويخوضون بالفعل في مجاري المياه

ويتبولون أو يتبرزون فيها أو بالقرب منها عندئذ يمكن أن يشتبه المرء بحق في داء البلهرسية . وثمة نوع آخر من أنواع الملاحظة وهو الفحص المجهري لعينات من البول أو البراز .

ويجب أن يتضمن تقصي أي مجتمع السوق المحلية ، حيث يمكن التعرف على الكثير من المشاكل الصحية وجمع معلومات هامة . فعلى سبيل المثال ، يمكنك من دراسة السوق أن تعرف الأغذية المتاحة محلياً ، وأسعارها ، وقد تستطيع التعرف على الأخطار التي تسبب الأمراض .



يجب أن يشمل أي تقص للمجتمع السوق المحلية حيث يمكن التعرف على العديد من المشكلات الصحية . ماهي المشكلات الصحية التي يمكنك مشاهدتها في هذه الصورة ؟

إعرف متى تلاحظ

الملاحظة في الوقت غير المناسب ربما تعطي إنطباعاً خاطئاً عن المشكلة . فملاحظة مجرى الماء أثناء ساعات الدراسة لن يعطي صورة واضحة عن سلوك الأطفال في الخوض في المياه والإستحمام فيها . وأفضل وقت للملاحظة هو عقب انتهاء اليوم الدراسي أو في العطلات عندما يكون الأطفال أحراراً في الذهاب إلى الترع إن أرادوا ذلك .

لاحظ بدقة وعناية

كما ذكرنا من قبل ، فإن الملاحظة لا تتم بالعين وحدها . إذ يمكن التقاط المعلومات الضرورية بالأذن والأنف والأصابع واللسان أيضاً . فالصوت والرائحة واللمس والمذاق من شأنها أن تعلمك الكثير عن مجتمعك . ولابد أن تكون قادراً على إبلاغ الناس بدقة بما لاحظته . فعلى سبيل المثال ، أرسل أحد مفتشي الصحة ثلاثة من معاوني الصحة للتفتيش على بيت إحدى العائلات . وإليك ماقاله كل منهم :

- قال المعاون الأول « إن المنطقة كانت قذرة جداً » .
- وقال الثاني « إن البيت ليس أسوأ من غيره من البيوت الموجودة في تلك المنطقة » .
- وقال الثالث « كانت مجاري الصرف الموجودة أمام البيت تعج بأوراق الشجر والورق . وخلف البيت كومة من الصفائح والقوارير المهشمة والورق والخِرَق وصل ارتفاعها إلى مستوى ركبتي وبلغ اتساعها قدر طولي . وقد تجمعت هناك كل القمامة . ولم ينتثر شيء منها حول المنزل . »

فهؤلاء الرجال الثلاثة لاحظوا الشيء نفسه ، لكن تعليقاتهم جاءت متباينة . فالرجلان الأول والثاني أصدروا أحكاماً . لكن ثالثهم انفرد بتقديم وصف دقيق إلى حد كبير . فكر جيداً فيما رأيت بعد ملاحظتك شيئاً ما إذ ربما يَعِنُّ لك أن تدون ما رأيت وما لاحظت . ثم قرر بعد ذلك ما إذا كان ما رأيت حسناً أو قبيحاً . أطلب من أناس آخرين أن يلاحظوا الشيء ذاته وتحقق مما إذا كنتم متفقين جميعاً على ما رأيتموه أو سمعتموه . إن تمكين الآخرين من تمحيص ملاحظاتك من شأنه أن يزيد من دقتها .

لاحظ الأفراد

إن للملاحظة نفعاً كبيراً أثناء مساعدتك أفراداً مرضى أو ذوي مشاكل . فحركات أجسامهم وعيونهم قد تخبرك الكثير عنهم . فمن خلال الملاحظة يمكنك أن تستشفَ الحزن والفرح والقلق والألم والخوف وغير ذلك من المشاعر .

وعن طريق الملاحظة كذلك ربما تعرف الكثير عن أسلوب الفرد في محافظته على صحته الشخصية أو موقفه من المشكلات الصحية . فعلى سبيل المثال يمكنك من خلال الملاحظة أن تعرف ما إذا كان الجرح حديثاً أو أن الجريح قد توانى في اللجوء إليك . وربما تعرف في بعض الأحيان ما إذا كان الطب الشعبي قد استخدم . فبعض الأشخاص يحملون تعاويذ أو رُقي تنبئك عن دياناتهم ومعتقداتهم .

وفي بعض الأحيان قد تتعرف على الحالة المالية للشخص أو خلفيته العرقية من خلال ملاحظتك لطراز وحالة الملابس التي يرتديها . ولكن يجب أن تتوخى الحرص ، فإذا كانت عيناك تهديانك إلى معرفة ما تريك فإنهما قد تضللانك أيضاً . تذكر أننا جميعاً لدينا بعض الشعور بالمحاباة والانحياز . فالملابس ليست دائماً علامة على الثراء أو الفقر . أطرح أسئلة لترى ما إذا كانت أحكامك صحيحة .

لاحظ الجماعات

استخدم عينيك عندما تعمل مع جماعات أو لجان . فيمكنك أن تكتشف ما إذا كان بعض الناس يبدون اهتماماً . واستخدم أذنيك لتتبين ما إذا كان الناس يشاركون في الحديث . ويمكنك أن تلاحظ ما إذا كانت الجماعة سعيدة أو غاضبة . فإذا لاحظت جوانب المشكلة فسوف تتمكن من المساعدة على حلها .



إن ملاحظة المرضى أمر ضروري . استخدم عينيك لتعرف ما يشعر به المريض ، وتحقق من الأدوية الحديثة أو التقليدية التي يكون قد جربها .

من المفيد أن تمارس مهاراتك في الملاحظة . اجمع اثنين من الأصدقاء أو من زملاء العمل معاً . واختر شارعاً في منطقتك أو قريتك وسيروا جميعاً معاً في هذا الشارع ولاحظوا حالة الإصحاح فيه . لا تتحدثوا مع بعضكم البعض حتى تصلوا إلى نهاية الشارع . ثم ناقشوا ما لاحظتموه . وانظروا ما إذا قد لاحظتم نفس الملاحظات . وسيروا في الشارع مرة أخرى لتتحققوا من ملاحظاتكم .

استخدموا أعينكم : هل ترون قصاصات من الورق أو علباً قديمة ملقاة على الطريق ؟ هل ترون بالوعات مسدودة ؟

استخدموا أنوفكم : هل تشمون رائحة قمامة أو ماء راكد أو فضلات آدمية ؟

استخدموا آذانكم : هل تسمعون ذباباً يطِن أو صوت أغنام وكلاب تنبش الفضلات ؟

إشراك أفراد آخرين في الملاحظة

تتيح الملاحظة الفرصة للمشاركة والتعلّم . ويمكن تشجيع المريض المتردد على العيادة على ملاحظة بيئة منزله . ويمكن استنفار فئات المجتمع لملاحظة الظروف البيئية من حولهم والقيام بتقصّ للمجتمع حتى يمكن اكتشاف المشكلات والاحتياجات .

إذا اشترك أفراد المجتمع في جمع المعلومات فإنهم سوف يتعلمون الكثير عن المشكلات التي تواجه مجتمعهم . كما أنهم سيكتشفون الموارد المتاحة ويكونون أفكاراً عن كيفية حل المشكلات . وبذلك يحسون إنهم مشتركون اشتراكاً فعلياً في تخطيط الأنشطة الصحية .

ولاشك أنه من الأفضل أن يبدأ الناس أنفسهم إجراء التقصي ومناقشة احتياجاتهم وتحديد أكثرها إلحاحاً بالإشتراك مع العامل الصحي ثم وضع الخطط .

ويمكن أن يتولى شخص واحد إجراء التقصي ، إلا أن ذلك يستغرق منه وقتاً طويلاً . لذلك فمن الأفضل الاستعانة بمجموعة صغيرة لهذا الغرض . فيمكن لنادي إحدى المدارس أن يتقصى المجتمع لمعرفة ما الذي يستطيع أعضاء النادي صنعه للنهوض بقريتهم أو بحيهم . كما أنه يمكن لأصحاب الرأي في المجتمع المشاركة في إجراء التقصي .



يجب تشجيع مشاركة الناس عند القيام بجمع المعلومات عن الاحتياجات الصحية وغيرها من احتياجات المجتمع . ويمكن على سبيل المثال تدريب تلاميذ المدارس على استعمال أشرطة قياس محيط الذراع . وبذلك يشاركون في معرفة ما إذا كان الأطفال دون سن المدرسة يتغذون جيداً أو يعانون نقص التغذية .

ولا يكفي مجرد جمع المعلومات . إذ لابد من دراستها بعناية حتى يستطيع الناس التعلم منها . تناقش مع الناس . اجعل كل واحد يدلي بدلوه ويشارك بأفكاره . ساعد الناس على الوصول الى نتائج حول تحديد أهم المشكلات الخطيرة وأسباب وجودها . وانظر فيما إذا كان التقصي الذي أجروه قد أوحى بالموارد التي يمكن أن تُستغل في حل المشكلة .

استجواب الناس

إن استجواب الناس في لقاءات شخصية interviews وسيلة من وسائل جمع المعلومات عن طريق التواصل communication بين شخص يطلب المعلومات (الشخص الذي يجري اللقاء) وبين الناس الذين يمكنهم تقديم المعلومات (الأشخاص اللذين يتم لقاؤهم) .

إن مهاراتك في إقامة العلاقات مع الناس مسألة هامة لنجاح اللقاء . فإن لم يثق فيك الشخص ، فإنه قد لا يتحدث معك بحرية وربما يدلي إليك بمعلومات زائفة . تأكد دائماً من أن الشخص الذي تُجري معه المقابلة يعرف من أنت ولماذا تريد التحدث معه .

ولابد من الإعداد للقاء بعناية . وقد يشمل اللقاء على التحدث مع جماعة من الناس في السوق ، أو على اجتماع خاص يعقد مع عمدة القرية ويتناول المشكلات الصحية الخطيرة في المجتمع . وفي كلتا الحالتين لابد أن يكون لديك مسبقاً فكرة واضحة عن نوع المعلومات التي تحاول جمعها .

ما الذي تسأل عنه

ربما تجد أنك محتاج إلى نوعين من المعلومات . فالأرجح حين البدء في برنامج ما أن تسعى إلى الحصول على معلوماتٍ عامة . وقد تتعلق هذه المعلومات بأسلوب حياة المجتمع ومختلف الاحتياجات من وجهة نظره .

ثم تسعى فيما بعد إلى الحصول على معلومات محددة . فعن طريق اللقاءات العامة ربما تكون قد علِمت مثلاً أن أشخاصاً كثيرين يشعرون أن البلدة في حاجة إلى إقامة سوق جديدة . فيجري لقاء خاص هدفه التعرف على المشكلات المتعلقة بالسوق القائمة ، والإجراءات التي سبق أن أتخذت إزاء تلك المشكلات ، والأفكار المطروحة لتحسين السوق ، والإسهامات التي يكون الناس على استعداد لتقديمها لحل تلك المشكلات .

من الذي تُجري معه اللقاء

الخطوة التالية هي أن تقرر من الذي ستقابله . ويمكن لقاء الناس في شكل جماعات . فإن كان الأمر يتعلق بإنشاء سوق جديدة فيمكنك حضور إجتماع الجمعية التي تضم تجار السوق واسألهم عما إذا كانوا مستعدين لمناقشة أفكارهم ومشاعرهم معك . فإذا وافقوا على ذلك يمكنك أن تمضي في اللقاء الذي من خلاله يمكنك أن تجمع قدراً من المعلومات أكبر مما كنت تحصل عليه لو أنك التقيت بهم فرادى .

ويمكن أن يكون اللقاء الجماعي نقطة البدء لحل مشاكل المجتمع . فأعضاء المجموعة ليسوا قادرين على التعرف على المشاكل الملحة فحسب ، بل إنهم يستطيعون أيضاً المناقشة وفهم أسباب وجود هذه المشاكل . وما أن يتم ذلك ، حتى يمكن للمجموعة الاستمرار لمناقشة الحلول الممكنة .



إن مقابلة الناس في اجتماع يعقد لأفراد المجتمع هي إحدى طرق جمع المعلومات عن احتياجات المجتمع ومشكلاته . وفي الصورة سكان إحدى القرى وقد اجتمعوا لمشاركة العامل الصحي مشاكلهم .

لكن هناك أوقات أخرى تكون فيها مقابلة الأفراد ضرورية . فليس كل فرد على استعداد لمشاركة أفكاره أو طرح آرائه الحقيقية على مجموعة من الناس . ففي مثالنا عن السوق قد تكون الآراء متباينة بحيث ربما يؤدي الحديث في مجموعة من الناس إلى إثارة الغضب . وفي مثل هذه الحالة تكون اللقاءات الفردية هي أفضل الطرق لمعرفة ما يريده كل شخص حقاً . واللقاء الفردي هو الطريقة المعتادة لمساعدة المرضى الذين يلجأون إليك طلباً للرعاية الصحية .

ومن المهم جداً لقاء القادة المحليين بالإضافة إلى لقاء الجمهرة العامة . وتحدث أيضاً مع الأشخاص الذين قبلوا أفكاراً جديدة مثل طرائق تنظيم الأسرة أو المراحيض المهواة . وابحث عن سبب قبولهم هذه الأفكار الجديدة ، فلسوف يساعدك ذلك على استكشاف عملية التغير في مجتمعك المحلي .

إن كنت تسعى إلى معرفة أفكار العديد من الناس حول مشكلة ما ، فعليك أن تحدّد الموضوعات التي تود أن تناقشها والأسئلة التي ترغب في طرحها قبل أن تذهب للقائهم . وتأكد من أنك تطرح نفس الأسئلة بنفس الطريقة على كل فرد ؛ إذ أن طرح أسئلة بطرق مختلفة على أناس مختلفين يؤدي إلى إجابات مختلفة ومشوشة . وإذا حدث ذلك فقدت المعلومات جدواها .

كيف تطلب المعلومات

تُستخدم في اللقاء أسئلة وتعليقات من شأنها حفز الناس على الإدلاء بالمعلومات . ولابد من التدقيق في اختيار الكلمات المستخدمة لأن الكلمات تؤثر في كيفية إجابة الناس عن الأسئلة .

وهناك أربعة أنواع من الأسئلة أو التعليقات ، ولكنها لا تؤدي جميعاً إلى معلومات مفيدة .

فلنأخذ مثال السوق مرة أخرى لنرى كيف يمكن استخدام هذه الأنواع الأربعة من الأسئلة لاستقاء معلومات محددة عن المشكلة . وكما سترى هناك أنواع من الأسئلة أفضل من غيرها :

« هل قريتنا في حاجة إلى سوق جديدة ؟ »

هذا **سؤال بسيط ومباشر** ويمكن الإجابة عنه بكلمة « نعم » أو « لا » ، ولكن إذا بدأنا اللقاء بهذا النوع من الأسئلة فقد ينجم عنه بعض المشكلات . فأولاً ، قد يحاول المجيب تخمين رأي الشخص الذي يجري اللقاء ، أو رأي قادة القرية فيجيب بالطريقة التي يفترض أن يجيب بها وليس بالطريقة التي يشعر بها في الواقع .

وثانياً ، إن هذا النوع من الأسئلة لا يُفسح المجال للمناقشة . فإن الإجابة بكلمة « نعم » أو « لا » لا تُظهر مجموعة المشاعر والآراء التي لدى الشخص نحو الموضوع . فقد يجيب الشخص بكلمة نعم مع أنه يشعر في الواقع أن السوق لا تمثل أكثر المشكلات إلحاحاً وأهمية في هذه اللحظة . إن السؤال المباشر لا يحفزه على الإفصاح عن رأيه .

ومن الأفضل ترك الأسئلة المباشرة حتى مرحلة متأخرة في اللقاء . وبعد أن يبدأ الشخص في إبداء آرائه بصراحة يمكن عندئذ توجيه الأسئلة المباشرة بهدف توضيح النقاط المطروحة .

« ألا تشعر أن قريتنا في حاجة إلى سوق جديدة ؟ »

هذا **سؤال توجيهي** لأنه يوجّه الشخص إلى الإدلاء بإجابة واحدة . والناس يجيبون ببساطة « بنعم » عن مثل هذه الأسئلة . وعندما تبدأ الأسئلة على النحو التالي :

« ألا تعتقد أن ... » « أليس صحيحاً أن ... » « ألا ترى أن ... » « ألم يكن ينبغي أن ... » فإنها تجعل الناس يجيبون إجابة ذات جانب واحد . ومن الخطر استخدامها في اللقاءات لأن الإجابات سوف تأتي دائماً بالإيجاب ، وقلما يفصح المجيبون عن آرائهم الحقيقية .

« هل لقريتنا أن تنشىء سوقاً جديدة هذا العام أم في العام القادم ؟ »

هذا سؤال قائم على **الاختيار الإجباري** . فهو لا يعطي المجيب إلا اختياراً واحداً من اختيارين هما « هذا العام » أو « العام القادم » . ومن المؤكد أن المجيب سيختار أحد البديلين رغم أنه قد يكون لديه رأي مختلف تماماً . فلعله يود أن يقول « خلال خمس سنوات » أو يقول « لا مطلقاً » .

« أرجو الإفصاح عن رأيك في سوق قريتنا » .

هذا أسلوب يؤدي إلى **تعليقات مفتوحة** . فمثل هذا السؤال يتيح للمجيب أن يجيب بحرية . إستمع بعناية إليه لتشجيعه على التعبير عن نفسه بصراحة تامة .

وبعد أن يُعبر الشخص عن أفكاره ، قل له « أحسنت . هل من مزيد ؟ » وهنا تستطيع أيضاً أن تطرح عليه أسئلة مباشرة بعد أن يكون قد شعر بالحرية في التعبير عن رأيه .

هب أنك تستجوب أُماً بشأن طفلها المريض ، وأنك تلاحظ أن وزن الطفل صغير جداً بالنسبة لعمره ، ولذلك فأنت في حاجة إلى معرفة المزيد عن نظام تغذيته . وفي الصفحة المقابلة نماذج من **الأسئلة والبيانات** التي يمكن أن تستهل بها اللقاء مع الأم . ضع علامة × في العمود الذي تراه مناسباً : أسئلة يجب أن لا تستخدم مطلقاً ، أسئلة يمكن طرحُها في مستهل اللقاء ، وأسئلة يمكن طرحها في وقت لاحق من اللقاء .

فكّر جيداً في الأسباب التي جعلتك تضع العلامة × على النحو الذي وضعته . ناقش هذه المسألة مع زملائك في العمل ، وقارن إجاباتك بتلك الواردة أدناه .

افترض أنك ستُجري مقابلة مع عضو من أعضاء الجمعية التعاونية الزراعية المحلية . وكان الفلاحون يعانون من مشكلات لدغ الثعابين . ضع نماذج للأسئلة والتعليقات التي يمكن أن تستخدمها في مستهل اللقاء .

نماذج من الأسئلة والبيانات	متى يجوز لك أن تستخدم الأسئلة والبيـانات		
	لا مطلقاً	في مستهل اللقاء	في وقت لاحق
١ - هل يأكل الطفل فاكهة ؟			
٢ - مرحباً بك في العيادة .			
٣ - كم مرة يأكل في اليوم ؟			
٤ - ألا تقدمين له بيضاً ؟			
٥ - من فضلك حدثيني عن الأطعمة المفضلة لديه .			
٦ - هل تقدمين له حبوباً أم بيضاً أم خبزاً في وجبة الفطور ؟			
٧ - ألا يَحسُن به أن يتناول المزيد من الفول ؟			
٨ - دعينا نناقش عادات طفلِك الغذائية حتى يتمكن كِلانا من الحفاظ على صحته .			
٩ - هل هناك أي أطعمة يرفض تناولها ؟			
١٠ - من فضلك حدثيني عن أي مشكلة تواجِهك بخصوص تناول طفلك لطعامِه .			
١١- هل يتناول معظم طعامه في الصباح أم في المساء ؟			
١٢- أليس من الأفضل أن يتناول مزيداً من اللحوم ؟			

يمكنك أيضاً تقديم تمثيلية عن هذا الموضوع بالاشتراك مع أحد أصدقائك أو زملائك في العمل بحيث يضطلع بدور المُزارع الذي تستجوبه (انظر الصفحة ١٧٨ لمزيد من التفاصيل عن التمثيليات) . أدع بعض الأشخاص لمشاهدتك ، إذ يمكنهم أن يخبروك عما إذا كانت أسئلتك جيدة ، وما إذا كانت الأسئلة التي طرحتها جعلت الشخص الآخر يرد بإجابات جزئية أو زائفة .

هذا إجابات عن الأسئلة والبيانات التي وردت في الصفحة السابقة كان المفروض أن تضع علامة × في العمود الأول أمام الأرقام ٤ ، ٦ ، ٧ ، ١١ ، ١٢ ؛ وفي العمود الثاني أمام الأرقام : ٢ ، ٥ ، ٨ ، ١٠ ؛ وفي العمود الثالث أمام الأسئلة رقم ١ ، ٣ ، ٩ (كما أن السؤال رقم ٥ يمكن أن يدخل في هذه المجموعة أيضاً) .

استخدام السجلات والوثائق

يمكن للمعلومات المكتوبة أن تعيننا على معرفة الكثير عن المجتمعات والناس الذين نعمل معهم . إن معظم المؤسسات والمنظمات تحتفظ بسجلات وتقارير عن نشاطاتها ، وبالاطلاع على تلك السجلات والتقارير نستطيع أحياناً أن نتعرف على طبيعة المشكلات الصحية . فعلى سبيل المثال ، قد نجد أن بعض الأمراض تنتشر في بعض الفصول أكثر من غيرها ، مما يعطينا فكرة عن أنسب الأوقات لوضع خطة للعمل .

ومن أمثلة السجلات إضبارات (ملفات) مرضى العيادة ، والتقارير السنوية للهيئات ، والتقارير الشهرية المتعلقة بالتردد على العيادة والأمراض الشائعة ، وكذلك المقالات الصحفية حول أهم الأحداث ، وخطط البرامج ، وتقارير المؤسسات عن إستخدام الأدوية والإمدادات وكذلك التقارير الخاصة بالتغيب عن المدارس وأماكن العمل والكتب والنشرات المجلات .

السجلات المفيدة للعمل مع الأفراد

هب أنك تعمل في مركز صحي ، وحضرت إليك أم تصطحب طفلها المصاب بالإسهال . في هذه الحالة قد تنطوي بطاقة الطفل على معلومات تفيد في التعرف على مشكلته الصحية وحلها . تحقق من عدد مرات إصابة الطفل بالإسهال . فإذا كان قد حضر عدة مرات خلال السنة الماضية وهو يعاني نفس المرض ، فيمكنك أن تشتبه

– من بين أشياء أخرى – في سوء إصحاح البيئة المنزلية التي يعيش فيها هذا الطفل ، ويمكنك بعد ذلك استجواب الأم بشأن الممارسات الصحية ثم القيام بزيارة لمنزلها .

ومن المصادر الأخرى للمعلومات الوزن المسجل للطفل . فأي نقص مفاجىء في الوزن ، أو عدم زيادة الوزن ، لابد وأن يبعث على القلق . والأسباب المحتملة لنقص الوزن قد تعزى إما إلى مرض الطفل وإما إلى فطامه على أساس غذائي غير سليم ، وربما تكون وجود أزمة مالية أو حالة وفاة في العائلة . ويمثل سجل الوزن مفتاح حل المشكلة الصحية على أن يلي ذلك إجراء الاستجواب اللازم .

إن الأدوية الموصوفة في الزيارات السابقة تُسَجل أيضاً في بطاقة المريض . ويمكن استخدام هذه المعلومة لمعرفة ما إذا كان الطفل قد تناول الدواء على وجه صحيح ، وما إذا كان قد استفاد منه أو أنه عانى من آثار جانبية له . ومثل هذه المعلومات مفيدة في التخطيط لمعالجة الطفل مستقبلاً . وأخيراً ابحث عن معلومات أخرى مفيدة مثل التاريخ الشخصي وتاريخ العائلة بالإضافة إلى الملاحظات المسجَلة من قبل العاملين الصحيين الآخرين .

السجلات المفيدة للعمل مع الجماعات

تبين سجلات الحضور المدرسية ما إذا كان هناك عدد كبير من التلاميذ قد تغيبوا في الأيام الأخيرة وإلى أي الفصول (الصنوف) ينتمون . وإذا ارتفعت معدلات الغياب أو حدث تغيّر في نمطها المعتاد فلابد من دراستها . إن المناهج الدراسية تمثل ما ينبغي للتلاميذ تعلمه من وجهة نظر وزارة التربْية والتعليم . فاطلع على المنهج الدراسي وقارنه – من خلال الملاحظة والاستجواب – بما يجري تدريسه بالفعل عن الصحة .

كما أن سجلات الجمعيات التعاونية للمزارعين تعطينا فكرة عن احتياجات المزارعين . فالتغذية والصحة مرتبطان بانتاج الطعام . وتبين السجلات المتعلقة بأنواع الطعام والكميات المنتجة منه الجوانب المحتاجة إلى تحسين .

وقد تساعد سجلات العيادات على تفهم مشكلات جماعات الفلاحين واحتياجاتها . فابحث في هذه السجلات عن الأمراض الشائعة بين الفلاحين مثل الدودة الشصية (الانكلستوما) ولدغات الثعابين .

السجلات المفيدة في تحديد احتياجات المجتمع

تبين سجلات العيادات – على مستوى المجتمع – الأمراض الرئيسية التي يبلِّغ عنها الناس . فادرس سجلات الأعوام الماضية لترى ما إذا كانت تلك الأمراض في زيادة أو نقصان . وتذكَّر أن بعض المرضى لا يترددون على العيادة ، ومن ثمّ فإن هذه السجلات لن تدلك على كامل الحقيقة بالنسبة لمشكلات المجتمع الصحية .

وثمة مصدر آخر من مصادر المعلومات يتمثل في التقارير السنوية والنشرات وغيرها من المواد الصادرة عن المؤسسات الحكومية وغير الحكومية . وتدلك هذه التقارير على البرامج التي تعد وتنفذ لحل مشكلات المجتمع .

قم بزيارة المركز الصحي أو العيادة الصحية . وتَبيّن أنواع السجلات التي يُحتفَظ بها وتلك التي تُرسَل إلى مقار الإدارة الإقليمية أو الرئيسية . واطلب الاطلاع على بعض هذه التقارير وادرسها واضعاً في اعتبارك هذه الأسئلة :

ماهي أكثر المشكلات الصحية شيوعاً ؟ وأيها يتسبب في غالبية الأمراض ؟ وماهي أشد هذه المشكلات خطورة في إحداث معظم الوفيات وحالات العجز ؟

هل هناك أرقام لعدد مرات التردد على العيادات ؟ وهل هذا التردد في ازدياد أم في نقصان أم في ثبات ؟ وماهي الأسباب المحتملة لذلك ؟ .

هل تعتقد أن سجلات العيادات تبين – على وجه الدقة – احتياجات المجتمع الصحية ؟ هل هناك عدد كبير من الناس لا يذهبون إلى العيادة حين يمرضون ؟

هل يعرف أصحاب الرأي في مجتمعك ماهي أكثر المشكلات شيوعاً وخطورة من بين المشكلات المشاهدة في العيادة ؟ وإن كانوا لا يعرفون فكيف تستطيع مساعدتهم على معرفتها ؟

قم بزيارة المدارس المحلية . ماهي أنواع السجلات الموجودة لديها ؟ وما الذي تستطيع معرفته من هذه السجلات ؟

فهم المشكلات

إنك لن تستطيع حل أي مشكلة ما لم تفهم العوامل التي ينطوي عليها فهماً واضحاً . فهناك أسباب كثيرة تحتاج إلى الدراسة بعناية .

لماذا توجد المشكلات ؟

أهم كلمة في هذا القسم هي لماذا ، وسوف يتبين من المعلومات المجمّعَة عن المجتمع أو عن الأفراد أن بعض الأمور يَسير على مايرام ولكن هناك مشاكل كثيرة أيضاً . ومجرد معرفة أن الأحوال تسير سيراً حسناً أو مضطرباً لا يكفي لتخطيط أي برنامج .

فمن الضروري مثلاً معرفة لماذا أحد مشروعات المجتمع ناجح أو لماذا الناس أصحاء حتى نستفيد من هذه المعرفة في تكرار هذا النجاح في المستقبل . وعلى نفس هذا المنوال يجب أن نعرف لماذا توجد المشكلات حتى يمكن اتخاذ الخطوات المناسبة لإيجاد الحلول المناسبة لها .

لقد كتبنا الفصل الأول ليساعدنا على فهم أسباب حدوث المشكلات وأسباب عدم حدوثها . اقرأ الأمثلة الأربعة التالية . وارجع إلى الفصل الأول ، وانظر فيما إذا كنت تستطيع التفكير في بعض المبررات الممكنة لأسباب وجود مشكلات لدى بعض الناس وعدم وجودها لدى البعض الآخر .

في إحدى القرى يُحضر خمسون من كل مئة من الأمهات أطفالهن في الموعد الشهري إلى عيادة رعاية الطفل . وفي قرية أخرى يُحضِر خمس وثمانون من كل مئة من الأمهات أطفالهن . فلماذا ؟ .

أتى رجل إلى العيادة مرتين خلال العام الماضي وهو يشكو من الديدان المستديرة . بينما لم يعان جاره هذه المشكلة . فلماذا ؟

في شهر تشرين الأول/أكتوبر كان عدد المصابين بالسعال قليلاً جداً في إحدى القرى . وفي شهر آذار/مارس تضاعف العدد ثلاث مرات . فلماذا ؟

في احدى القرى قام الناس بإنشاء المراحيض والآبار والمدارس الخاصة بهم بينما لم يكن لدى قرية مجاورة أي من هذه المرافق . فلماذا ؟

إشـــراك المجتمع

ليس العامل الصحي أو عامل المجتمع هما فقط اللذان ينبغي لهما أن يفهما أسباب حدوث المشكلات أو عدم حدوثها . فأفراد المجتمع أيضاً عليهم أن يفهموا ذلك . ومن شأن الإجتماعات والمناقشات التي تُعقَد مع الأفراد والجماعات وممثلي المجتمع أن تساعد الناس على معرفة أسباب المشكلات ودراستها . وبهذه الطريقة تمكن مشاركة المعلومات

التي تجمع عن المجتمع ودراستها . وعندما يعرف أعضاء المجتمع المزيد عن مشكلاتهم تزيد قدرتهم على حسن اختيار الإجراء اللازم لحلها .

دور السلوك

إن بعض أنواع السلوك ، شأنها شأن بعض المعتقدات ، قد يحسّن الصحة وبعضها قد يفضي إلى المرض . وليس لبعضها أي أثر ، أو على الأقل آثاره غير معروفة . ولقد ناقشنا ذلك في الفصل الأول .

وعندما ندرس السلوك الصحي فإن أول ما ينبغي أن نفعله هو أن نفهم لماذا يتخذ بعض الناس إجراءات معينة من شأنها أن تحسن الصحة . فما هي الموارد والمعتقدات والقيم ومن هم الناس ذوو المكانة الذين يشجعون على السلوك الصحي أو يجعلونه ممكناً ؟ وماهي الأنشطة التي يمكن التخطيط لها لدعم العادات الصحية وتعزيزها ؟

يأتي بعد ذلك موضوع دراسة السلوك غير الصحي . فإذا أظهرَ الناس رغبة في تحسين أوضاعهم فهناك على الأقل ثلاثة أمور يمكنك القيام بها لتغيير العادات غير الصحية :

- تجاهل السلوك غير الصحي وشجع سلوكاً صحياً بديلاً يكون موجوداً بالفعل .
- غيّر من السلوك غير الصحي تغييراً طفيفاً لتزيل بعضاً من جوانبه الأعظم خطراً .
- استبدل عادات جديدة تماماً بالعادات غير الصحية .

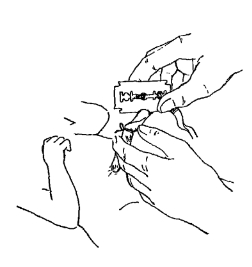
إن فهم الوضع القائم أمر ضروري لتحديد أي من هذه الإجراءات هو الأفضل . ولما كان السلوك يمثل جزءاً من أسلوب حياة المجتمع أو ثقافته ، فلعل أفضل خطوة هي تشجيع العادات الصحية الموجودة بالفعل لتكون بدائل للعادات غير الصحية . وإذا لم توجد بدائل مناسبة ومقبولة يكون الاختيار التالي هو ايجاد السبل لتغيير السلوك الضار تغييراً طفيفاً . وأصعب هذه الإجراءات الثلاثة هو أن يحاول الناس استبدال عادات جديدة تماماً بالعادات القديمة المألوفة .

وفيما يلي مثال يبين كيف أن فهم السلوك فهماً واعياً يمكن أن يؤدي إلى التصرف المناسب :

في إحدى القرى دأبت الدايات على إستعمال قطع من الزجاج الأخضر لقطع الحبل السُرِي للمواليد . وكن يعتقدن أن للزجاج قوة سحرية تحمي الوليد . وللأسف كان في هذه القرية معدل مرتفع للإصابة بالكزاز (التتانوس) بين المواليد .

وأثناء إحدى المناقشات اعترفت الدايات بأنهن قلقات من انتشار هذا المرض لكنهن لا يعرفن ما العمل . أما من وسيلة أخرى لقطع الحبل السُرِي ؟

لم تكن هناك وسائل أخرى مستخدمة في هذه القرية ، ولكن إحدى السيدات قالت إن بعض الدايات في القرى المجاورة تستخدمن السكين . فقالت إحدى الدايات المسنات للجماعة أنها تعتقد أن بالمعدن أرواحاً شريرة تؤذي الوليد ، ولهذا لم تكن السكين بديلاً مقبولاً . وعندها أدركت العاملة الصحية التي كانت حاضرة المناقشة أن الاستعاضة بعادة جديدة مثل استخدام شفرات حلاقة جديدة نظيفة لن تُجدي لأنها مصنوعة من المعدن . فهل من الممكن تغيير العادة الحالية تغييراً طفيفاً ؟ إن القطع الزجاجية الحادة يُمكنها أن تقطع الحبل السري تماماً كما تفعل الشفرات . والمشكلة هي أن قطعة الزجاج القذرة يمكن أن تسبب الكزاز . والتعديل البسيط الذي يمكن إدخاله هو وضع الزجاج قبل استعماله في ماء مغلي لقتل الجراثيم . ولاقى ذلك الاقتراح قبولاً لدى الدايات .

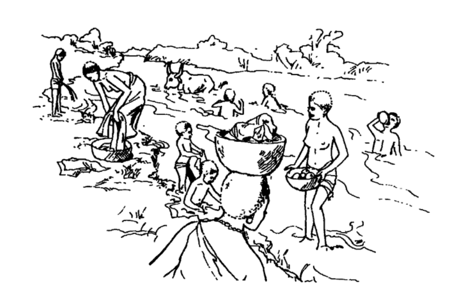


إن استخدام شفرة حلاقة (موس) جديدة نظيفة في قطع الحبل السري للمولود عادة صحية يمكن للدايات اتباعها إذا لم تكن العادات المحلية مأمونة . وكثيراً ما يمكن تعديل العادات الشائعة أو إيجاد بدائل تتمتع بنفس القدر من الأمان وتتمشى بطريقة أفضل مع المعتقدات والثقافة المحلية .

من يمكنه حل المشكلات ؟

بعض المشكلات يمكن أن تحل بالجهد الفردي وحده ، بينما يتطلب بعضها الآخر تعاون وتضافر جهود العديد من الناس أو المجتمع بأكمله . ومن أمثلة ذلك أن مجتمعاً ما قد يعاني من الآثار السيئة لتردّي صحة البيئة . فسلوك الأفراد والأسر يُسهم في حدوث هذه المشكلة لأن النفايات والبراز والفضلات تكون متناثرة في كل مكان . ولحل تلك المشكلة قد يحتاج المجتمع بأكمله إلى إقامة نظام لجمع الفضلات والتزويد بالمراحيض عن طريق عمل جماعي تعاوني . ثم يأتي دور الأفراد والأسر في استعمال هذه المرافق بطريقة صحية . وفيما يلي أمثلة أخرى :

- إن الفرد يمكنه أن يضطلع بمسؤولية التصحح الشخصي والحفاظ على صحته .
- إن التغذية الجيدة عادة ما تكون مسؤولية العائلة بأكملها .
- لاستئجار أحد الجرارات قد يلزم أن تتعاون مجموعة من الفلاحين على اقتسام التكاليف .
- إن ضمان مورد ماء مأمون يقع ضمن مسؤولية المجتمع .
- إن الحكومة مسؤولة من خلال وزارة الصحة عن الإمداد باللقاحات .



قد يلزم أن يتخذ المجتمع بأكمله إجراءات لحل مشكلة ما ، وتلك هي الحال عندما تتعلق المشكلة بعادات سيئة شائعة ومقبولة في المجتمع .

ما نوع المساعدة المطلوبة ؟

فلنفكر بأحد الأمراض وليكن التدرن مثلاً . ربما يكون بعض الناس في المجتمع قد أصيبوا حديثاً بهذا المرض . وهم محتاجون إلى المعالجة ، ومحتاجون إلى تعاطي الأدوية بصورة منتظمة . لقد نقص وزنهم وأصابهم الضعف الشديد ، بل ربما يكونون قد فقدوا وظائفهم بسبب المرض . إنهم في حاجة إلى التأهيل ليساعدهم على استعادة صحتهم ووظائفهم حتى يعودوا إلى حياتهم العادية . والكثيرون ليسوا مرضى ولكنهم يحتاجون إلى إجراء وقائي ليظلوا أصحاء . وهذا يتضمن تطعيمهم . ليس هذا فحسب بل إن الأمر يقتضي تعزيز بعض التدابير الصحية أيضاً مثل التغذية الملائمة .

ويمكنك أن تتبينُ أن الأمر يتطلب أنواعاً من السلوك تختلف باختلاف الرغبة في الوقاية من التدرن أو في معالجة المرض أو في توفير التأهيل . ويصدق ذلك على معظم المشكلات .

حاول أن تفهم السلوك المتعلق بكل مرحلة من مراحل المشكلة . وضع خططاً للبرامج التثقيفية لتساعد الناس على اتباع نوع السلوك الذي يقيهم المرض أو الذي يشفيهم إذا كانوا مرضى ، أو الذي يساعدهم على الحياة حياة سوية إذا أقعدهم المرض .

اتخاذ القرارات بشأن الأولويات والأهداف والإجراءات

لكي ينجح البرنامج يجب أن نعرف بصورة واضحة ما نرغب عمله وكيف سنؤديه .

في الأجزاء الأولى من هذا الفصل ناقشنا كيف يمكن التعرف على احتياجات الأفراد والجماعات والمجتمعات التي نحاول مساعدتهم . وعادة ما تكون للناس احتياجات كثيرة ، ولايمكن تلبية جميع الاحتياجات في الحال ، ومن ثمّ علينا أن نقرر أي المشكلات نحاول حلها أولاً . وهذا ما يسمى تحديد الأولويات .

وبعد أن يتخذ الناس قرارهم بتحديد أولويات احتياجاتهم يمكنهم التفكير فيما ينبغي عمله للوفاء بهذه الاحتياجات . وعليهم توضيح ما يريدونه بالضبط ، أو بتعبير آخر عليهم توضيح أهدافهم .

وبعد فهم المشكلة ووضع الأهداف نصب أعينهم يمكنهم التفكير في أفضل السبل لمعالجة المشكلة ، أي الإجراء الذي يتعين عليهم اتخاذه . وهذا ما يسمى بوضع الاستراتيجية .

على الناس أن يحددوا أولوياتهم وأهدافهم ، والاستراتيجيات المناسبة لها . وللقيام بذلك سوف يحتاجون إلى مساعدة المهنيين المتخصصين . ولكن يجب أن تكون الخيارات النهائية لأفراد المجتمع .

تحـديد الأولـويات

تحديد الأولويات الخاصة بالأفراد

ليس من السهل دائماً معرفة أي المشكلات نبدأ بمواجهتها ، فلدى الناس كثير من المشكلات المُلحة كتلك المشكلات العائلية التي سنتحدث عنها فيما يلي :

لدى السيدة عليه خمسة أطفال يبلغ أكبرهم من العمر ثماني سنوات وأصغرهم تسعة أشهر . وهاهي حامل من جديد . وتعيش العائلة في حجرة واحدة مركبة من ألواح خشبية وسقفها مكون من رقائق معدنية . وتلتصق هده الحجرة بالجدار الخلفي لمنزل والد السيدة علية التي ليست في كامل قوتها هذه الأيام . ولم يكن لديها عمل منتظم طوال السنوات الأربع الماضية .

وعمل زوج السيدة علية هو صيد السمك ، وفي الأيام الأخيرة لم يحالفه الحظ كثيراً في الصيد . وهو يقضي الآن شهوراً عديدة يعمل في المدينة باليومية . والمبلغ الصغير الذي يعود به من المدينة إلى عائلته يكفي بالكاد لإطعامها . وفي الواقع كان أطفاله جميعاً دون الوزن الطبيعي بسبب ما ينتابهم من العلل .

وناقش الزوجان مشكلاتهما مع العامل الصحي . وفيما يلي بعض الاحتياجات التي ذكراها :

- مكان أفسح ليعيشوا فيه .
- مزيد من المال .
- وظيفة للسيدة علية .
- مهارات يتعلمها الزوج تمكنه من الحصول على وظيفة أفضل .
- طعام للأطفال .

- دواء للأطفال .
- دواء وراحة للسيدة علية .
- وسيلة لإيقاف زيادة عدد أفراد العائلة .
- ملابس جديدة حتى يكتسبوا احترام غيرهم من القرويين .
- مذياع (راديو) يؤنس السيدة علية في وحدتها .

للوهلة الأولى تبدو بعض هذه الاحتياجات أهم من بعضها الآخر . لكن لا يمكن أن يقتصر إختيار الأولويات على أساس مايبدو أنه الأهم . فلابد من وجود مبررات لهذا الاختيار . وفيما يلي أربعة أسئلة يمكن أن يستعين الناس بها على رؤية مشكلاتهم بوضوح ، وأن تسهل عليهم اختيار أولوياتهم . لاحظ أنه أثناء المناقشة يدرك الناس أن احتياجاتهم مرتبطة بعضها ببعض . والوفاء بحاجة ذات أولوية يمكن في الحقيقة أن يحل أيضاً مشكلات أخرى كثيرة .

ماهي أشد المشكلات خطورة ؟

بالنسبة لعائلة السيدة علية قد تكون أشد المشكلات خطورة هي نقص الطعام . فالأطفال سيئو التغذية أكثر استعداداً للاصابة بكثير من الأمراض التي قد تصيبهم بالعجز بقية حياتهم .

أين تكمن أعظم الفوائد المستقبلية ؟

لا ينصب اهتمام الناس على إيجاد حل مؤقت للمشكلات وحسب ، بل يمتد إلى جعل المستقبل أكثر إشراقاً . فتزويد زوج السيدة علية بالمهارات يؤهله للحصول على وظيفة أفضل ذات أجر أعلى . وهذه الوظيفة تحسّن أحواله في الحاضر والمستقبل .

ماهي الاحتياجات التي يمكن الوفاء بها بالموارد المتاحة ؟

ليس لدى العائلة إلا قليل من المال . وليس من المحتمل أن تحصل السيدة علية على عمل في الوقت الحاضر . وربما لا تستطيع هذه العائلة بمواردها الحالية أن تحصل على الطعام والملابس الجديدة والمذياع . بل إنها لا تستطيع تحمل نفقات بعض الأطعمة المعينة . ولكن يمكنها في حدود مالديها من موارد الحصول على بعض الأطعمة المغذية والرخيصة في نفس الوقت وذلك من السوق المحلية .

ماهي المشكلات التي يوليها الناس أعظم الاهتمام ؟

أكثر ما تهتم به السيدة علية هو المذياع ، ولكنها وزوجها مهتمان بإيجاد عمل للزوج له عائد أكبر . والناس أكثر ميلاً إلى العمل على حل المشكلات التي يهتمون بها أكثر من تلك التي لا يولونها إهتماماً . وكلما زاد عدد الناس المهتمين بالمشكلة زاد احتمال حل تلك المشكلة .

وبعد أن ناقش الزوجان كل هذه الأسئلة استقر رأيهما على أن أولوياتهما المباشرة هي تدريب الزوج على عمل وشراء المزيد من الأطعمة المغذية للعائلة في حدود الميزانية المتاحة .

تحديد الأولويات الخاصة بالمجتمعات

لابد من دراسة الأسئلة الأربعة ذاتها في الاجتماعات التي تناقش فيها المجتمعات أولوياتها . وعندما يشارك عدد كبير من الناس في المناقشة يتوافر عدد كبير من الآراء للدراسة . وفي هذه الحالة يستغرق تحديد الأولويات وقتاً أطول مما لو كان الأمر يتعلق بشخص أو شخصين فقط .

إن الألعاب التثقيفية educational games تساعد على توضيح ما تتضمنه عملية تحديد أولويات المجتمع . ويمكن أن تقوم بهذه الألعاب مجموعة من العاملين الصحيين أو العاملين في تنمية المجتمع ، أو تلاميذ أحد فصول المرحلة الثانوية أو حتى مجموعة من صفوة أعضاء المجتمع . ونورد فيما يلي مثالاً لاستخدام هذه الألعاب في مساعدة المجتمع على اختيار أولوياته وأهدافه واستراتيجياته .

يمكن وضع حوار مبسّط يقوم على دراسة حالة إحدى القرى الصغيرة الكثيرة المشكلات . ويؤدي كل مشترك في اللعبة دور أحد أفراد القرية . ويختار كل ممثل منهم مهنة وهوية مختلفة . ويُطلَب منه أن يعبر عن رأيه الخاص عن أهم الاحتياجات وسبب أهميتها والأولويات التي تحتاج إلى اتخاذ اجراءات فورية . ومع تقدم الأحداث سرعان ما يتضح أن الناس مع تباين خلفياتهم وآرائهم سيرون فائدة أكبر في حل مشكلة ما دون أخرى . وهذا النهج سوف يُضفي حيوية على المناقشة . ويمكن أن يقوم بهذه اللعبة عشرون شخصاً تقريباً . ويمكنك بالطبع أن تبتكر ما تشاء من الأدوار تبعاً لعدد أفراد المجموعة .

إبدأ أولاً بقراءة متمهلة – على أسماع المجموعة – لقصة القرية الواردة في آخر الصفحة ووزع الأدوار المختلفة على الأشخاص المشاركين فمنهم مثلاً المزارع والحلاق والنساج وبائع الأطعمة . ثم أعد قراءة القصة بصوت عالٍ ، إقرأ الأسئلة الأربعة التي سبق أن ذكرناها في الصفحتين ٦٦ و ٦٧ ، واطلب من كل شخص أن يفكّر في هذه الأسئلة جيداً . وعند ذلك ينبغي أن تبدأ المجموعة المناقشة وتحاول أن تتفق على أهم أولوية أو أولويتين . ولا يلزم أن يجلس الحاضرون في شكل مجموعة كبيرة . إذ يمكن أن ينقسموا إلى جماعات صغيرة لكل منها اهتمامها الخاص . ويمكن أن يتنقل بعض الأفراد من مجموعة إلى أخرى محاولين الحصول على تأييد لآرائهم . ويجب عليك أن تتنقل بين أفراد المجموعة وتنصت إليهم . ذكّرهم بالأسئلة الأربعة الخاصة بتحديد الأولويات (ويمكنك كتابه هذه الأسئلة على لوحة أو ملصق إذا كان المشاركون ملمين بالقراءة) . وذكّر الناس أيضاً بأن الوفاء بالاحتياجات يتطلب عادة وقتاً ومالاً . فشجّع الممثلين على إيجاد أرخص السُبل للوفاء بالاحتياجات في نطاق الموارد المتاحة .

دع اللعبة تستمر حوالي ساعة . وبعد ذلك أوقف المناقشة حتى إذا لم يكن قد تم اختيار الأولويات . ثم ناقش المشتركين فيما تعلموه عن تحديد الأولويات . وناقش كيف يمكن للمجموعة أن تحسن مهاراتها الخاصة بتحديد الأولويات .

وإليك قصة قرية حوران التي يمكنك استخدامها أو مواءمتها لتتناسب مع ظروف القرى التي تعمل فيها :

إن حوران قرية صغيرة من قرى الريف يقطنها ٣٠٠ نسمة ، وتوجد بها سوق كبيرة تجتذب الناس عادة من جميع المناطق المحيطة بها . وللأسف أصبح طريق القرية غير المعبد الذي يبلغ طوله خمسة كيلومترات شديد الوعورة . وقلّ عدد الوافدين إلى القرية ، فكسدت التجارة في السوق ، وخسر القرويون الكثير من الأموال . إن الطريق يحتاج إلى الإصلاح .

وأقرب مورد للماء ترعة تبعد عن القرية كيلومترين . وهي تجف في أوقات محددة من العام . والبلدة الرئيسية في المنطقة التي تبعد حوالي عشرة كيلومترات بها شبكة أنابيب لتوزيع الماء . ويعتقد أهل قرية حوران أن من حقهم أن تكون لهم شبكة أنابيب مماثلة .

وتقع أقرب مدرسة إلى حوران في قرية أخرى يربطها بها درب يمتد عبر الغابة . وكان الأطفال يتعرضون للدغات الثعابين ، وللإصابة بالجروح عندما يتعثرون في الأشجار الساقطة . ويريد أهل حوران أن يكون لهم مدرسة خاصة بهم .

ويقع أقرب مركز صحي في البلدة الرئيسية . وكان يشق على المرضى أن يصلوا إليه لبعده . والعاملون الصحيون لا يأتون لزيارتهم رغم ما يقطعون على أنفسهم من وعود . ويريد القرويون أن يكون لهم مركز صحي هم أيضاً .

وأخيراً لما كان لدى البلدة الرئيسية في المنطقة كهرباء فإن أهل حوران يعتقدون أنه يجب أن يكون لديهم كهرباء كذلك . فالكهرباء تساعد أبناءهم على الاستذكار وتجعل الحياة أكثر بهجة ليلاً .

وفيما يلي بعض الأدوار التي يمكن لأفراد المجموعة أن يقوموا بتمثيلها : الفلاح ، النجار ، الخباز ، النساج ، الخزاف ، الترزي ، التاجر ، بائع الأطعمة ، رجل الدين ، العمدة ، البنّاء ، العطار ، البدال ، القابلة ، ربة البيت .

تحـديد الأهـداف

إذا كان لدى الناس في بداية البرنامج فكرة واضحة عما يريدون ، فإنهم سوف يعرفون في نهاية البرنامج ما إذا كانوا قد حققوا نجاحاً . والهدف هو بالتحديد مايريد الناس أن يروه قد تحقق في نهاية البرنامج .

الأهـداف الصحية

يجب أن تكون نتيجة برنامج الرعاية الصحية الأولية هي تحقيق تحسن في صحة الناس . فمثلاً إذا كانت الحصبة تمثل مشكلة خطيرة في المجتمع فربما تكون الأهداف الصحية للبرنامج الموضوع لحل تلك المشكلة على النحو التالي :

- تخفيض عدد الأطفال الذين يصابون بالحصبة .
- التعجيل بشفاء من يصابون بالحصبة ووقايتهم من العجز أو الإعاقة .
- إنعدام الوفيات بين الأطفال الذين يصابون بالحصبة .

الأهداف التثقيفـية

حيث إن سلوك الناس يؤثر في صحتهم فلابد من أن يتبع الناس بعض الإجراءات الكفيلة بحل مشكلاتهم الصحية .

وهذه الإجراءات هي ذاتها الأهداف التثقيفية للبرنامج . وفيما يلي بعض الأمثلة للأهداف التثقيفية لبرنامج مكافحة الحصبة :

- إحضار الأمهات لأطفالهن لتطعيمهم .
- إسراع أمهات الأطفال المصابين بالحصبة بإحضار أطفالهن إلى العامل الصحي لرعايتهم ومعالجتهم .
- حرص الأمهات على بقاء الأطفال المصابين بالحصبة في غرف مظلمة مريحة لوقايتهم من العمى .
- تغذية الأطفال المصابين بالحصبة تغذية جيدة ما أمكن ذلك لمساعدتهم على الشفاء العاجل .

المشاركة في تحديد الأهداف

يجب تشجيع الأفراد والجماعات والمجتمعات على اختيار الأهداف الخاصة بهم ، وعلى تلقي الإرشاد اللازم للقيام بذلك . وهذا أمر منطقي لأن هؤلاء الناس هم الذين يعانون المشكلة .

وحين يحدد الناس أهدافهم بأنفسهم فان من الأرجح أن يتلاءم السلوك الصحي الذي يقررون اتباعه مع الثقافة المحلية والموارد المتاحة . ودور العامل الصحي ، باعتباره مرشداً ، هو دائماً تشجيع الناس على دراسة ومناقشة مدى ملاءمة الأهداف ، أي ما إذا كان من الممكن تحقيق الأهداف المختارة .

وقد تنقضي عدة أشهر قبل أن تظهر نتائج الأنشطة للعيان . فذكّر الناس بذلك كي لا يصابوا بخيبة الأمل لعدم تغيّر الأمور فور الانتهاء من الأعمال الأولية .

بعض عوامل النجاح

إن البحث عن العادات البديلة الموجودة هو أحد سبل ضمان تحقيق نتائج ناجحة . افترض أن مجموعة من الأمهات يرغبن في زيادة نمو أطفالهن وتمتعهم بالصحة والعافيّة . فلتحقيق هذا الغرض تلزمهم أغذية بروتينية كجزء من القوت المتوازن . وهناك أشكال كثيرة بديلة للبروتين يمكن إدخالها في القوت المعتاد مثل : البقول ، واللحوم ، والفول

السوداني ، واللبن ، والحبوب ، والجبن ، والدواجن ، والسمك ، والقواقع ، وبعض الحشرات .

ويمكن للعامل الصحي أن يرشد الأمهات في الاختيار من البدائل وذلك بأن يطرح عليهن مثل هذه الأسئلة : في أي وقت من السنة تتوافر هذه الأغذية ؟ ما أسعار هذه الأغذية ؟ هل هناك معتقدات محلية تمنع الأطفال من تناول هذه الأغذية ؟ هل يمكن أن تقوم الأمهات بإعداد هذه الأغذية بسهولة ؟ ما الذي يفضله الأطفال أنفسهم من هذه الأغذية ؟ ومن خلال مناقشة كهذه يمكن الاتفاق على الأهداف الملائمة الخاصة بتحديد أنواع الأغذية التي يجب على الأمهات محاولة تقديمها لأطفالهن .

ولعلك أدركت أنه لكي تحقق الأمهات أهدافهن لابد وأن يقوم أناس آخرون ببعض الأعمال أيضاً . فمثلاً سوف يلزم أن يوفر الآباء المال . وربما يلزم إقناع الحماة . والفلاحون أيضاً لهم دور في ذلك : فقد يتعين على وزارة الزراعة أن تقدم القروض والإرشاد عن طريق خبرائها إلى الفلاحين الذين ينتجون الغذاء . وقد يتعين على وزارة العمل أو التنمية الإجتماعية أن تساعد الأمهات والآباء على إيجاد أفضل السبل لكسب المال حتى يتمكنوا من شراء الغذاء . ومن الضروري أن تتحدد الأهداف على مستويات الأفراد والمجتمعات وعلى المستوى الوطني إذ لابد للجميع أن يضطلعوا بأدوارهم .

الخطوات اللازم اتخاذها لتحقيق الأهداف

إن تحديد أي الخطوات يجب اتباعها – أي أنسب استراتيجية – يتوقف على نوع الأسباب المختلفة للسلوك المسبب للمشكلات الصحية . وتدخل في الحسبان كذلك عوامل أخرى مثل الثقافة والمشكلات الاقتصادية الخ .

والجدول التالي يوضح هذه الفكرة . فهو يحتوي على اقتراحات لطرائق تثقيفية سنناقشها بالتفصيل في الفصل السابع . ويوجد شرح بعض هذه الطرائق في هذا الفصل وفي الفصلين الخامس والسادس .

وحيث إن المشكلات الصحية تنشأ في الغالب نتيجة أسباب عدة ، فقد يكون من الضروري استخدام استراتيجيات مختلفة في البرنامج . لاحظ أيضاً أنه رغم إدراج بعض الطرائق التثقيفية قرين بعض أنواع الاجراءات المذكورة في الجدول ، فإن هذه الطرائق

يمكن استخدامها أيضاً بالنسبة لإجراءات أخرى . ومع هذا فبعض الطرائق أصلح لأحد أنواع المشاكل منها لنوع آخر .

المشكلة	نوع الإجراء اللازم اتخاذه (الاستراتيجية)	الطرائق التثقيفية الممكنة
نقص المعرفة	الإعلام	المعلقات ، الاذاعة ، الصحافة ، الاحاديث ، المعارض
تأثير الآخرين	التدعيم	جماعات المناقشة ، النوادي ، التشاور مع العائلة
نقص المهارات	التدريب	العروض الإيضاحية ، دراسة الحالة ، الألعاب التثقيفية
نقص الموارد	التنمية	تقصيات المجتمع ، اجتماعات أفراد المجتمع ، التوصيل للموارد
الصراع مع القيم	توضيح القيم	تمثيل الأدوار ، الألعاب التثقيفية ، القصص

التعرف على الموارد والحصول عليها

ناقشنا في الفصل الأول التأثير الهام الذي يمكن أن يُحدثه وجود أو انعدام الموارد في السلوك . وهذا القسم يبحث كيفية ايجاد الموارد اللازمة لتحسين الصحة وإدارة برامج التثقيف الصحي .

الموارد الموجودة داخل المجتمع

تعرّف على الموارد الموجودة داخل مجتمعك والتي يمكن الإستعانة بها في حل مشكلات الأفراد أو الجماعات أو القرية برمتها .

وفيما يلي بعض الأمثلة للأنواع الكثيرة من الموارد التي سوف تحتاجها :

- أماكن لعقد الاجتماعات والمناقشات ودورات التدريب مثل المدارس ودور البلديات .
- قد يكون بعض الناس قادرين على التبرع بالمال لشراء المواد اللازمة .
- قد يكون لدى بعض الناس مهارات يمكن الاستفادة منها في مشروعات المجتمع . ومن هؤلاء الناس النجارون والمدرسون والبناءون والفنانون والمداوون التقليديون والنساجون والخزافون .
- يمكن لكثيرين من الناس القادرين أن يسهموا بالعمل اليدوي .
- قد يمتلك بعض الناس دراجات بخارية أو عادية أو عربات . ووسائل النقل لها أهميتها في نقل المواد إلى المشروعات أو نقل المرضى إلى العيادات .
- يمكن لبعض الناس أن يقدموا بعض المواد مثل الخشب والأقمشة والأغذية إلى المشروعات المجتمعية الكبرى أو إلى العائلات أثناء الأزمات . ولمعالجة المرضى قد تجد أن بعض الأعشاب المحلية لها مفعول ناجع . كذلك يمكنك أن تشجع الناس على صنع الأدوات اللازمة لمشروعاتهم بأنفسهم .

إحرص على معرفة من لديهم تلك الموارد وكيفية الحصول عليها . وكما يتضح من الجدول السابق ، إن أعضاء المجتمع أنفسهم هم أهم الموارد لحل المشكلات .

الموارد الموجودة خارج المجتمع

الأفضل أن تحل المشكلات بالموارد الموجودة داخل مجتمعك . ومع هذا ، فأحياناً ما يكون المشروع أضخم من أن تكفيه الموارد المتاحة . كما أن المشكلة قد تكون صعبة الحل . عندئذ يكون من الضروري التطلع الى الخارج . وفيما يلي بعض الموارد التي يمكن أن تجدها خارج مجتمعك :

- يقدم بعض الوكالات والوزارات أموالاً ومساعدات تقنية لمشروعات المجتمع أو للأفراد والعائلات ذوي العسرة .
- قد يأتي من الخارج من لديهم مهارات خاصة مثل التنقيب عن المياه الجوفية لحفر الآبار .

- قد يأتي من الخارج أيضاً بعض المواد مثل الأسمنت ؛ وربما يمكنك تلمس المواد التعليمية مثل الأفلام والمعلقات والملصقات من مختلف الهيئات . أما اللقاحات والأدوية والأجهزة الطبنية فإنها كثيراً ما تستورد من الخارج . كذلك فإن كثيراً من أنواع الآلات والأجهزة تبيعها المؤسسات الخارجية أو تمنحها أو تعيرها .

الموارد الملائمة

ذكرنا أنه من الأفضل تلمس الموارد الموجودة في مجتمعك . فهي من ناحية تُوفِّر المال ، ومن ناحية أهم ، تؤدي إلى شعور الناس بالاعتزاز عندما يتمكنون من مساعدة أنفسهم بأنفسهم . وهذا الشعور يشجع الناس على حل المزيد من المشكلات بجهودهم الذاتية .



إستخدم الموارد المحلية في حل المشكلات . لقد أسهم النجارون في صنع عكازات للأطفال العجزة في هذا المجتمع .

فلعله لا يكون من الضروري شراء الأسمنت من الخارج لبناء المرمدات (المحارق) ، على سبيل المثال ، لأن الطين والصلصال والطوب والأحجار هي مواد محلية تصلح لهذا الغرض .

وقد يمثل الجرار حلاً عظيماً لمشاكل الفلاحين . ومع ذلك فبمرور الوقت قد يصابون بخيبة الأمل عندما يواجهون تكلفة البنزين المرتفعة ومصاعب إصلاحه عندما يتعطل . وقد يكون من الأفضل استخدام تصميم محسن للمحاريث المحلية أو استعمال الخيول أو البغال أو الثيران التي قد يكون لها نتائج أفضل وطويلة الدوام .

توصيل الناس بالموارد

ما أن تعثر على الموارد التي تساعد على حل مشكلات الأفراد أو الجماعات أو المجتمعات حتى يتعين عليك أن توصّل مابين الناس وبين ما يحتاجونه من تلك الموارد . وهنا تتجلى الأهمية البالغة للعلاقات الطيبة مع الناس ومهارات التواصل . فالعلاقات الطيبة هي السبيل الوحيد الذي يمكنك به أن تجمع بين ذوي الحاجة من الناس وبين من يملكون الموارد .



تقوم هذه السيدة بجمع أوراق وأعشاب يمكن استخدامها في صنع الأدوية . وهذه عادة ما تمثل مورداً محلياً له قيمته .

تذكر أننا عندما تحدثنا عن المشاركة أبرزنا أن من الخطأ أن تقوم بعمل ما بالنيابة عن أناس لديهم القدرة على أداء العمل بأنفسهم . ويصدق هذا القول على الموارد أيضاً . فلا توفر للناس مورداً من الموارد إذا كان في إمكانهم توفيره . فإنك إن فعلت ذلك مرة فقد لا يستطيعون الحصول على المساعدة عندما تضطرهم الحاجة مرة ثانية . وهذا ما حدث بالضبط لأحد العاملين في تنمية المجتمع وكان اسمه غالب :

فالسيد غالب هذا كان يتحدث ذات يوم مع أعضاء إحدى الجمعيات التعاونية للمزارعين في منطقته . وقال له المزارعون إنهم محتاجون إلى مال لشراء البذور والمخصبات . ووعدهم غالب بأن يمد لهم يد العون . فذهب إلى وزارة الزراعة واتصل بالقسم المختص بتقديم القروض . وحصل على الاستمارات الخاصة بذلك وعاد بها اليهم . وبعد أن وجّه إلى المزارعين بعض الأسئلة قام بملء الاستمارات لهم ، وأعادها إلى الوزارة وحصل على المال المطلوب .

وبعد مضي وقت من العام نفسه نُقل غالب إلى منطقة أخرى . وعندما حان وقت سداد القرض لم يكن المزارعون يعرفون ما ينبغي عليهم فعله . لقد كان السيد غالب وحده على علم بكل إجراءات العمل بالوزارة . وأخيراً حضر موظف من الوزارة لاسترداد المال وقد سيطر عليه الغضب . وأعطاه المزارعون المال ، لكن خوفهم منه منعهم من أن يوجهوا اليه مزيداً من الأسئلة عن القروض . وعندما حل موسم الزراعة التالي لم يعرف المزارعون كيف يحصلون على قرض جديد .

وأحياناً تزداد المشاكل تعقيداً عندما يحاول العامل الصحي أن يحصل للناس على مورد هم قادرون على الحصول عليه بأنفسهم . وهذا هو بالضبط ماحدث للسيدة غادة .

فالسيدة غادة – وهي إحدى القابلات العاملات في المجتمع المحلي – سمعت أن الناس في مجتمعها محتاجون إلى بئر ، فتطوعت بالذهاب إلى عاصمة الإقليم باحثة عن المساعدة من وزارة الأشغال العمومية . وقدم موظف في الوزارة إليها تصميمات للبئر . ووعدها بالمساعدة بالمال والإمدادات إذا قام القرويون بحفر البئر طبقاً لهذه التصميمات تماماً .

وسعد القرويون بالاستماع إلى تقرير السيدة غادة وشرعوا في حفر البئر على الفور . وقبل أن يصلوا إلى نصف العمق الذي يتطلبه التصميم عثروا على الماء ولم يستطيعوا التعمق أكثر من ذلك . وعندما رجعت السيدة غادة إلى الوزارة بتقرير عن ذلك قال المسؤول إنه لن يقدم المساعدة ، ذلك لأن البئر لم تحفر طبقاً للتصميم . وحاولت السيدة غادة أن تشرح الموقف ولكن المسؤل لم يصغ اليها . فأحست بالحرج في أن تعود اليهم وهي تحمل هذا الخبر السيء . وعندما أخبرتهم بذلك اتهموها بتضليلهم ، وفترت حماستهم للمشروع ، ولا تزال القرية بدون بئر يوثق بها حتى اليوم .

فكر في هاتين القصتين . ماذا كان في إمكان كلا العاملين الصحيين عمله للوصل بين القرية والموارد اللازمة بطريقة أفضل ؟

في الواقع هناك كثير من المهام يمكنك القيام بها لمساعدة الأفراد والجماعات والمجتمعات الكاملة على تعلم كيفية الحصول على الموارد . فأولاً عليك أن تُمد الناس

بالمعلومات الأساسية التي تُعينهم على تحقيق بغيتهم ، ويجب أن تتضمن هذه المعلومات مايلي :

- أسماء الهيئات والمنظمات والأفراد الذين يقدمون الموارد .
- وصف لأنواع الموارد المتاحة .
- موقع الهيئة التي تملك الموارد .
- الشروط الخاصة التي قد تضعها الهيئات قبل تقديم الموارد .

اختيار أفضل الموارد

ناقش الفوائد والصعاب التي قد تنتج عن استخدام كل مورد من الموارد ، وماهي أفضل هذه الموارد بالنسبة لثقافة المجتمع المحلي واحتياجاته . ويجب أن يكون الناس المعنيون هم أصحاب القرار . فلا تجبر الناس على الأخذ بفكرة معينة .

الزيارات الاستطلاعية

تزداد معرفة المجتمع بالموارد المتاحة إذا نظمت زيارة للمؤسسة التي لديها تلك الموارد . وبينما قد يستلزم الأمر أن تقدم بنفسك بعض المعلومات الأساسية ، يُفضَل أن يعرف الناس مباشرة ما الذي تقدمه المؤسسة المعنية .



هناك موارد كثيرة متنوعة يمكن الاستعانة بها في حل المشكلات . فهذه العاملة الصحية أمامها الكثير من الأدوية لتختار منها عند تعبئة صندوق الأدوية الخاص برعاية المجتمع . ويمكن للصيدلي أن يساعدها في اختيار أنسب الأدوية لمجتمعها .

وينبغي أن لا تذهب بمفردك إلى المؤسسة . فإذا كان القرويون يحتاجون لمن يشجعهم على الذهاب ، فيمكنك أن تذهب معهم في المرة الأولى . لكن عليهم أن يتعودوا بعد ذلك الذهاب بمفردهم . وإذا كنت تعمل مع جماعة فيمكن لهذه الجماعة أن ترسل مندوبين عنها للتعرف على المؤسسة التي لديها الموارد اللازمة لهم . ويمكنك أن تقدم الناس الى المختصين بالمؤسسة ، ولكن عليك أن تشجعهم على التعبير عن أنفسهم . وعلى الجماعة (أو من يمثلها) بعد ذلك تقديم تقرير عن الزيارة وطرحه لمزيد من المناقشة .

الحصول على الموارد

على الناس أن يتخذوا قرارهم بأنفسهم بشأن قبولهم للموارد أو رفضهم لها . وعليهم أن يقوموا بأنفسهم بإجراء الترتيبات اللازمة مع المؤسسة المعنية . ويمكنك أن ترافقهم لتتيقن من أنهم يفهمون ما يحدث من عدم استغلال أحد لهم . ويجب أن يعرف الناس مقدماً ما تنتظره المؤسسة منهم ، إن وجد ، في مقابل هذه الموارد .

الحث على التعلم

إشرح للناس بدقة ما يجري في كل خطوة من خطوات توصيلهم لمصدر الموارد . وتأكد من أن أكثر من شخص من الجماعة والمجتمع على دراية بهذه الخطوات . وهكذا ففي حالة المرض أو السفر يكون هناك دائماً شخص آخر يعرف ما يجب عمله .

الحفاظ على استمرار التعاون

تستفيد المجتمعات من موارد مؤسسات مختلفة كثيرة ، مختصة بالتعليم والزراعة والتنمية الإجتماعية والإعلام والأشغال العمومية ، ومن موارد مجموعة متنوعة من المنظمات الطوعية وذات الأغراض الخاصة . فعاون المجتمع على إنشاء روابط وطيدة بينه وبين هذه المؤسسات المختلفة .

موارد التثقيف الصحي

لقد تحدثنا في هذا القسم عن الموارد اللازمة لتحقيق أهداف حقيقية للبرنامج – أسمنت لإنشاء بئر أو عمال متطوعين لبناء قاعة اجتماعات عامة ، مثلاً – ويجب أن نتذكر أيضاً

أن هناك حاجة إلى موارد خاصة لتوصيل الرسالة الصحية التي تحث الناس على القيام بتنفيذ البرنامج في المقام الأول . وجميع النقاط التي أثرناها حول موارد البرنامج العامة (نوعها وتوافرها وملاءمتها) تنطبق أيضاً على موارد التثقيف والتواصل .

وسائل الإعلام المحلية

يجب عليك ، أثناء جمع المعلومات عن المجتمع ، أن تبحث عن الوسائل المحلية والتقليدية للتواصل communication . ويمكن أن تتضمن هذه الوسائل الأمثال والقصص والأساطير التي يستعين بها الكبار لغرس القيم التقليدية في الصغار . وقد يستخدم أصحاب الرأي المحليين المنادين وقارعي الأجراس للإعلان عن الأحداث القادمة . ويمكن أن تساعد الأغنيات أو التمثيليات التقليدية على توصيل الأفكار والقيم الهامة . وقد يكون لبعض الأشخاص مطبعة ويستطيعون طبع معلقات posters لإعلام الجمهور . وقد يوجد أيضاً مصور في الحي .

فكر فيما هو متاح من هذه الوسائل وغيرها من وسائل الإعلام في مجتمعك . واستخدم منها ما يحقق أفضل مساندة لجهودك في التثقيف الصحي . فإنك باستخدامك وسائل التواصل المتاحة محلياً إنما تشرك المجتمع في البرنامج . فشاورهم في أنسب الأمثال أو الأغنيات أو القصص لنقل الرسالة الصحية . وأشرك أصحاب الرأي حتى يُبدوا استعدادهم لاستخدام المنادين التابعين لهم للإعلان عن الأحداث الصحية الهامة وحث المجتمع على المشاركة فيها . ويمكن أيضاً إشراك الفنانين وأصحاب المطابع والمصورين المحليين في تصميم وانتاج المواد التثقيفية .

الموارد الخارجية

تعرّف أيضاً على موارد التواصل communication المتاحة خارج المجتمع . ويمكن أن تتضمن هذه الموارد وسائل الإعلام كالصحف والراديو . وقد يكون لدى وزارتي الصحة والإعلام أفلام وملصقات ومعلقات وسيارات مزودة بمكبرات الصوت تمكن استعارتها لبرامج التثقيف الصحي المحلية . ابحث عن من في متناولهم صحف أو أجهزة راديو أو مصادر إعلام أخرى على صعيد المجتمع . فيمكن حث هؤلاء الأشخاص على المشاركة في المعلومات التي يحصلون عليها . فالمدرس المشترك في صحيفة يمكنه حفظ

المقالات المتعلقة بالصحة واستخدامها لتعليم التلاميذ وإعلام الوالدين . ويمكن للشخص الذي يمتلك جهاز راديو أن يدعو جيرانه للاستماع معه حينما تذاع برامج صحية .

وينبغي لك ، بوصفك عامل صحي محلي ، أن تكون على وعي بتلك المقالات الصحفية والبرامج الإذاعية ، حتى تستطيع حث الأهالي على قراءتها والاستماع إليها والاستفادة من المعلومات المعطاة من خلالها . وهذا يتطلب وجود رابطة مع المصدر . فاتصل بمحطة الإذاعة أو التليفزيون واحصل على مواقيت البرامج إن لم تكن لها وسيلة للإعلام عن برامجها . وعندما تذاع برامج صحية حث أعضاء المجتمع على الاستماع إليها . بل قد تحثهم على الإجتماع والإنصات في جماعة حتي يمكن عقد مناقشة بعد انتهاء البرنامج للتأكد من أن كلاً منهم فهم الأفكار التي قدمت .

اتصل بوزارتي الصحة والإعلام ، واستعلم عن المصادر التي لديهما وشروط استعارة المواد ، كالأفلام مثلاً . اقرأ الفصل السابع لمعرفة المزيد عن وسائل الإعلام التثقيفية المختلفة وإمكانيات التواصل .

الحث على العمل والمتابعة

إن كنت قد تابعت الخطوات التي ذكرت حتى الآن ، فلابد أن يكون لديك أساس متين لعملك التثقيفي الصحي . فأنت قد أصبحت على دراية بالمشكلات والأولويات والأهداف والموارد . والآن لابد من وضع كل هذه الأمور معاً في خطة عمل محددة تبين ما يلزم عمله ، ومن المناط به العمل ، ومتى ينبغي أن يُعمل . وبتعبير آخر أنت في حاجة إلى إعداد جدول زمني .

إعداد الجدول الزمني

إفترض أن مجتمعك يشعر أن أهم مشكلة صحية هي عدم وجود مصدر مياه صالحة للشرب . في مثل هذه الحالة يقدم لك الجدول الوارد في الصفحة ٨٣ مثالاً لكيفية توقيت المهام والمسؤوليات . ومن الأمور التي يجب أن تتذكرها عند تحديد مواعيد انجاز مختلف المهام ، أن هذه المواعيد يجب أن تكون واقعية . فالناس يحتاجون إلى وقت كي ينظموا أنفسهم ، كما أنهم يحتاجون إلى وقت لإيجاد الموارد . وسوف يشعرون بخيبة أمل

عندما يضعون جدولاً زمنياً قصير الأمد بحيث لا يتسع الوقت لإتمام المهام المطلوبة . ومن فوائد الجدول الزمني أيضاً التحقق مما إذا كان البرنامج يتقدم كما كان مخططاً له .

ويمكن تعليق نسخة من الجدول الزمني في قاعة اجتماعات البلدة أو في مكان آخر حيث يتمكن الناس من رؤيته .

ولقد صُمم الجدول الزمني الوارد في الصفحة التالية لأحد برامج رعاية صحة المجتمع لتحسين مورد الماء . ويمكنك تعديل الجدول الزمني والأنشطة لتلائم مشروعات مجتمعك .

ويمكن وضع جدول زمني للفرد كذلك . وهذا الجدول أقل تعقيداً من جدول المجتمع . ومن أمثلة ذلك حالة تلك الأم التي يعاني طفلها نقص الوزن . إذ يمكنك بالتعاون مع الأم أن تضع جدولاً زمنياً للأغذية الممكن إعدادها للطفل كل يوم . وقد يشابه هذا الجدول قائمة الطعام التي تعد لأسبوع كامل . كما يمكنك أن تُدرج في الجدول نفسه مواعيد متابعة الطفل في العيادة .

وإذا كانت الأم أمية ، فإنك لا تستطيع أن تكتب لها جدولاً زمنياً ، لكن يمكنك أن تناقشها فيه لتساعدها على تذكره . وربما يكون لدى هذه الأم طفل أو قريب لها يمكنه القراءة . ففي هذه الحالة يمكنك كتابة الجدول ليقوم شخص آخر بقراءته عليها .

إســناد المهــام

عندما يشتمل البرنامج على أكثر من شخص واحد ، فإن من الضروري التأكد من أن أكبر عدد ممكن من الناس قد شاركوا فيه .

وفي الجدول الزمني خصصنا عموداً « للمسؤولين عن المهمة » . واستخدمنا في ذلك ألفاظاً عامة مثل « أصحاب الرأي في المجتمع » ، والمتطوعين ، والمواطنين . أما في الجداول الزمنية الحقيقية فعليك أن تذكر أسماء الأشخاص الذين يقبلون الاضطلاع بمهمة أو بأخرى .

فعلى سبيل المثال في مشروع توفير مصدر مياه للمجتمع لابد من ذكر : من هم أعضاء لجنة جمع الأموال ؟ من الذي سيُحضر الأسمنت ؟ من الذي سيُحضر الجواريف ؟ من هم العمال المتطوعين ؟ من المسؤول عن المتطوعين ؟

متابعــة الأعمــال

تنطوي هذه العملية على عدد من الخطوات :

- حدد موعداً معيناً لبدء عملك الرئيسي .
- تأكد من أن كل فرد قد عرف مهامه : هل يمكن أن يخبرك كل شخص من **الذاكرة** ما عليه أن يفعله ومتى سيفعله ؟
- كن على اتصال دائم بالناس ، قدم لهم التشجيع ، أجب عن أسئلتهم ، وساعدهم على حل المشكلات .
- اعقد اجتماعات منتظمة لمراجعة مدى التقدم : في مثل هذه الاجتماعات يمكن أن يقدم كل مسؤول تقريراً عما فعله ، وعندئذ تقوم الجماعة بمقارنة التقرير بالجدول الزمني ومعرفة ما إذا كان العمل يتم وفقاً للجدول .
- وإذا حدث أي تأخير في تنفيذ الجدول الزمني فعلى الجماعة أن تدرس المشكلة على الفور : هل يمكن تصويب الخطأ على الفور ؟ وماهي الاحتياجات : هل هي مزيد من المواد ؟ مزيد من المتطوعين ؟ مزيد من الوقت ؟ مزيد من المال ؟

تذكّر أنه من الأفضل حل المشكلة في مهدها قبل أن تلحق الضرر بالبرنامج .

انتقاء الطرائق المناسبة

لا يكفي تحديد مايجب عمله ، والمسؤول عنه ومتى ينجز . بل علينا أن نقرر كيف يتم ذلك العمل .

في الفصل الأول ناقشنا بعض أسباب ومبررات سلوك الناس . فحالما يفهم العامل الصحي الأسباب الكامنة وراء السلوك المسبب للمشكلة الصحية يصبح في إمكانه استخدام طرائق مختلفة كثيرة لحث الناس على تغيير ذلك السلوك . وهناك بعض النقاط المهمة التي يجب أن نأخذها في الاعتبار عندما نقوم باختيار الطريقة . فبادىء ذي بدء يجب أن تتناسب الطريقة مع الظروف ومع المشكلة . لذلك ينبغي اختيارها بعناية .

ونظراً لأن هناك عدداً كبيراً من سبل حل المشكلات فإن هناك عدداً كبيراً من الطرائق الممكنة . وقبل اختيار الطريقة المناسبة لابد أن يفهم الشخص القائم بالتثقيف

نموذج جدول زمني لتزويد المجتمع بمصدر مياه		
المهـــام	موعد إتمام المهمة	المسؤولون عن المهمة
١ - يناقش أصحاب الرأي في المجتمع مشكلة الأمراض التي يحملها الماء .	الأسبوع الأول	عمال صحة المجتمع .
٢ - تدريب أصحاب الرأي في المجتمع على معرفة أسباب تلك الأمراض والوقاية منها.	الأسبوع الثالث	عمال صحة المجتمع .
٣ - بدء أنشطة إعلام الجمهور باستخدام وسائل الإعلام المحلية والزيارات المنزلية .	الأسبوع الرابع	أصحاب الرأي في المجتمع وعمال صحة المجتمع والمدرسون .
٤ - حضور جميع المرضى للمعالجة	الأسبوع الخامس	أصحاب الرأي في المجتمع وعمال صحة المجتمع والمواطنون .
٥ - يقوم الناس بغلي المياه وترشيحها .	الأسبوع السادس	أصحاب الرأي في المجتمع (واحد لكل قرية ولكل قطاع) .
٦ - توفير المال لإنشاء الآبار .	الأسبوع الثاني عشر	لجنة جمع الأموال وأصحاب الرأي في المجتمع .
٧ - استنفار المتطوعين .	الأسبوع الثاني عشر	أصحاب الرأي في المجتمع .
٨ - اختيار مواقع الآبار .	الأسبوع الثاني عشر	أصحاب الرأي في المجتمع والمواطنون .
٩ - الحصول على المواد .	الأسبوع الخامس عشر	لجنة المواد .
١٠ - البدء في أعمال الإنشاء .	الأسبوع الخامس عشر	المتطوعون وعمال صحة المجتمع .
١١ - اختيار لجنة صيانة لكل بئر .	الأسبوع الخامس عشر	أصحاب الرأي في المجتمع .
١٢ - تدريب أعضاء لجان الصيانة على أعمال صيانة الآبار .	الأسبوع السادس عشر	العامل الصحي .
١٣ - إنهاء أعمال إنشاء الآبار .	الأسبوع العشرون	المتطوعون .
١٤ - يقتصر المواطنون في الحصول على الماء على الآبار وحدها ، والمحافظة على الآبار من الناحية الصحية .	الأسبوع العشرون فصاعداً	أصحاب الرأي في المجتمع والمواطنون .

الصحي المشكلة التي تواجهه . فالطبيب مثلاً لديه طرائق عديدة للاختيار منها لحل المشكلات الطبية . فإذا ثبت أن المريض مصاب بقرحة في المعدة فسوف يحاول الطبيب فهم أسباب المشكلة ويختار لحلها أنسب الطرق . فإذا لم تكن القرحة بالغة الخطورة فقد تكون الطريقة المختارة هي تنظيم الغذاء . وعن طريق تنظيم ما يأكله الشخص ومتى وكيف يأكله يمكن أن تحل مشكلته . وأما إذا كانت القرحة أشد خطورة من ذلك فلعل الأدوية تكون هي طريقة الحل . وفي الحالات الأشد خطورة قد يضطر الطبيب إلى إجراء عملية جراحية . ويحتمل أن يستخدم الطبيب طريقتين أو أكثر جنباً إلى جنب .

وعلى الأشخاص القائمين بالتثقيف الصحي أن يقرروا أي الطرائق ينبغي استخدامها لحل المشكلات المتصلة بالسلوك الصحي . وهناك أمور ستة يجب أن تؤخذ في الاعتبار قبل اختيار طرائق التثقيف الصحي :

- ما مدى استعداد الناس للتغيير ؟
- كم عدد الناس الذين تشملهم المشكلة ؟
- هل تتناسب الطريقة التثقيفية مع الثقافة المحلية ؟
- ماهي الموارد المتاحة ؟
- ماهي تشكيلة الطرائق اللازمة ؟
- ماهي الطرائق التي تتناسب مع خصائص الجماعة المستهدفة (السن والجنس والديانة) ؟

ما مدى استعداد الناس للتغيير ؟

راجع القصة التي وردت في الفصل الأول عن النساء الثلاث اللائي طلبت منهن القابلة شراء أحذية لأطفالهن . فلقد أجرت القابلة حديثاً قدمت من خلاله معلومات وأفكاراً ومقترحات . وبعد انتهاء الحديث لم تقرر الأمهات جميعهن شراء الأحذية .

كانت إحدى الأمهات مستعدة للتغيير . ولم تقف أية مشكلة في طريقها . ورحبت بالأفكار الواردة في الحديث ونفذت اقتراح القابلة . وحينما يكون الناس على استعداد للتغيير ، فإن الملصقات والإذاعة والأغاني والتمثيليات والقصص والمعارض والصور تمثل بعض الطرائق التثقيفية التي يمكن استخدامها .

وكانت الأم الثانية مهتمة بالتغيير ، فاستحسنت ماقالته القابلة ولكنها لم تعرف ما إذا كان في مقدور العائلة توفير المال اللازم لشراء الأحذية . كما أنها لم تكن على يقين من أن الجدة ستقر ذلك . لاشك أن الحديث أتاح لهذه السيدة أفكاراً نافعة عن مساعدة أطفالها ، إلا أن هذه الطريقة التثقيفية لم تساعدها على تنظيم الشؤون المالية لعائلتها .

والأساليب التي كان يمكن أن تساعد هذه المرأة هي مناقشة أفراد الأسرة في كم من المال يكسبون وكم ينفقون وعلى أي شيء ينفقونه . ثم عن طريق العرض الإيضاحي أو التعليم كان يمكن توضيح كيفية التصرف بالمال بطريقة أفضل بحيث يمكن شراء حذاء للطفل . كما أن إيجاد صلة بين الوالد والجمعية التعاونية المحلية للمزارعين أو بينه وبين المرشد الزراعي كان يمكن أن يساعده على إيجاد سبل لكسب المزيد من المال . وحين لا يصبح المال هو المشكلة الرئيسية ، حينئذ يمكن التحدث إلى الجدة حول مدى حبها لحفيدها من أجل كسب موافقتها على شراء حذاء له .

وأما الأم الثالثة فكان التأثير فيها صعباً إذ أنها كانت منزعجة للغاية من مشكلاتها حتى إنه كان من الصعب عليها أن تهتم بما كانت القابلة تقوله . وكان يعوزها أيضاً المال والموارد . وللتأثير في هذه المرأة كان على القابلة أن تستخدم طرائق الإتصال الشخصي : ومنها إسداء المشورة والزيارات المنزلية . فهاتان الطريقتان كانتا ستظهران للأم أن القابلة مهتمة بها ، كما أنهما كانتا ستساعدان القابلة على التعرف على مشكلات هذه الأم عن كثب . فكلما زادت قدرتها على التعرف على المشكلات زادت قدرتها على المساعدة .

وربما كان في إمكان هذه الأم أن تستفيد من انتمائها إلى ناد أو جماعة حيث يمكن للناس ذوي المشكلات المتشابهة أن يتآزروا ويشجع بعضهم بعضا . كما أن إيجاد صلة بين هذه الأم وبين هيئات المجتمع الأخرى كان سيوفر لها الموارد اللازمة لرعاية طفلها . وكان يمكن مساعدتها عن طريق تدريبها على مهارات تمكنها من كسب المزيد من المال لتوفير مايلزم لطفلها .

كم عدد الناس الذين تشملهم المشكلة ؟

بعض الطرائق تصمم بحيث تؤثر في أعداد كبيرة من الناس (مثل سكان الأحياء والضواحي والمدن) برسالة أو فكرة تثقيفية . ومن بين هذه الطرائق : الملصقات

والمعلقات والمحاضرات والمعارض والمسرحيات وعروض الدمى (مسارح العرائس) والصحف والاذاعة والأفلام ومنادو البلدة .

إن تقديم أفكار جيدة بسرعة إلى عدد كبير من الناس خطوة مفيدة جداً في التثقيف الصحي ، فهي تخلق الوعي بمشكلة أو فكرة . وإذا كانت الرسالة مقنعة فإنها تساعد على تهيئة الناس للمشاركة في الإجراء المرغوب . ومع هذا فثمة حاجة ، عادة ، إلى طرائق أخرى لمتابعة الانطباع الابتدائي الذي يحدث من خلال وسائل الإعلام . فالاقتصار على نشر الرسائل الصحية لا يكفي ، عادة ، لتغيير السلوك الصحي بين الأعداد الكبيرة من الناس .

ولجعل الطرائق التثقيفية الموجهة للجماعات الكبيرة أكثر فائدة يلزم تبادل الأفكار والآراء بين العاملين الصحيين والعاملين في تنمية المجتمع الذين يستخدمون الطرائق التثقيفية من ناحية ، وبين الأهالي الذين يتلقون الرسائل الصحية سماعاً أو رؤية من ناحية أخرى . وهذا التبادل للآراء والأفكار يسمى « التآثر » interaction .

والمحتمل أنك لا تعمل بمفردك ، فتشارك أنت والعمال الصحيون الآخرون وعلى الأخص عمال صحة المجتمع وموظفو الوكالات المجتمعية الأخرى في مسؤولية إحداث التآثر .

وفيما يلي بعض الاقتراحات التي من شأنها تحقيق التآثر :

- بعد عرض فيلم أو تقديم حديث ، قسم الجمهور إلى مجموعات صغيرة للمناقشة .
- وعند تعليق معلقات على صعيد المجتمع ، قم بزيارات منزلية وناقش الأفكار التي تحملها المعلقات مع العائلات .
- بعد عرض تمثيلية اطلب من الممثلين أن يتحدثوا مع الناس .
- نظم جماعات استماع ومناقشة للبرامج الإذاعية وذلك في جميع أنحاء المجتمع .
- إعمل مع مجلس المجتمع المشكل ، وإن لم يوجد فانشيء لجنة صحية (انظر الصفحات ٢١١ – ٢١٦) .

إن أفضل طريقة للقيام ببعض النشاطات مثل ممارسة المهارات الجديدة ومناقشة المشاعر والقيم والشؤون المالية الشخصية والمشاركة في التجارب الصعبة هي حصر تلك

الأنشطة بين شخص وآخر أو في جماعات صغيرة . ونعني بالجماعة الصغيرة أن تتكون من عشرة أشخاص أو أقل ، وهذا هو العدد الأمثل .

ومن أمثلة الطرائق التي تقوم على الجماعات الصغيرة : حكاية القصص ، والعروض الإيضاحية ، وتمثيل الأدوار ، ودراسات الحالة ، والمناقشات الجماعية والألعاب التثقيفية وغير ذلك من الطرائق التي سنناقشها في الفصل الخامس .

ويمكن استخدام المعينات التعليمية مثل أجهزة العرض واللوحات القلابة وذلك مع جماعات يصل عددها إلى خمسة وعشرين شخصاً ، مع العلم بأنه كلما زاد عدد الناس قلّ التآثر والاتصال الشخصي بين العامل الصحي وبين أفراد الجماعة .



يمكن لتمثيل الأدوار أن يساعد الأفراد والجماعات الصغيرة على فهم مشكلاتهم ووضع حلول لها . فبعض أعضاء الجماعة يقومون بتمثيل الموقف ويقوم البعض الآخر بالمشاهدة وإبداء التعليقات والاقتراحات .

لاحظ أن المعلقات والبرامج الإذاعية وغيرها من الطرائق التي تؤثر في الجماعات الكبيرة يمكن استخدامها كذلك مع الجماعات الصغيرة .

هل الطريقة مناسبة للثقافة المحلية ؟

وصفنا في الفصل الأول الثقافة فقلنا أنها أسلوب حياة الناس في المجتمع . والثقافة تحدد الطرائق التثقيفية التي يقبلها الناس ويفهمونها . كما أنها تحدد أيضاً الطرائق التي يستجيب لها الناس بالتحول إلى سلوك أصح .

فتمثيل الأدوار role-playing مثلاً يتطلب من الناس أن يتحدثوا بصوت عالٍ وبحرية أمام الآخرين . وفي بعض الثقافات قد يحب الناس الحركة الدائبة والحديث بصوت عالٍ . وفي ثقافات أخرى قد يفضل الناس أن يكونوا هادئين وحريصين فيما يقولون ويفعلون . لذلك يفلح أسلوب تمثيل الأدوار مع النمط الأول من الثقافة . وقد يفلح مع النمط الثاني أيضاً ولكن لا يتم ذلك إلا عندما يعرف الناس بعضهم بعضا وتتوطد الثقة بينهم .

ولنضرب مثلاً آخرا فالصور تختلف معانيها باختلاف الثقافات . فان كنت تعمل في مجتمع تسود فيه الأميّة فربما لا يكون الناس معتادين النظر إلى الصور باعتبارها مصدراً للمعلومات أو للأخبار وذلك لعدم تعاملهم مع الكتب والصحف . فإن كنت بصدد تقديم برنامج عن الرضاعة الطبيعية في مثل ذلك المجتمع ، وعرضت أمام النساء صورة إمرأة مع وليدها يرضع من ثديها فربما يكون أول خاطر يطرأ على بالهن أن هذه صورة أختك أو أمك ، ولن يدركن أن هدف الصورة هو مساعدتهن على التعلم . وقد تنشأ مشكلات أخرى عند استعمال الأفلام . لذلك علينا أن نتأكد من أن الناس يفهمون لماذا نعرض عليهم الصور والأفلام .

إن تمثيل الأدوار والصور والأفلام هي نماذج لطرائق لن يكتب لها النجاح إلا بتكييفها لتناسب ثقافة المجتمع . وسوف نتبادل طرائق تكييف الطرائق التثقيفية لتناسب



بدلاً من الاكتفاء بالحديث عن طرق حفظ الصحة ، تعرض هذه العاملة الصحية عملياً للأمهات كيفية تحميم أطفالهن .

الثقافة المحلية وذلك في الفصل السابع . لكن علينا أن لا نشغل بالنا بتكييف الطرائق إذا استخدمنا بعض الأساليب التي يوصّل بها الناس أفكارهم ويتبادلون معارفهم ومهاراتهم ومن هذه الأساليب : الأمثال ومنادو البلدة والتمثيليات ... الخ . ولابد أن تشكل طرق التواصل الطبيعي هذه جزءاً من أي برنامج تثقيفي .

العروض الإيضاحية أساليب جيدة لتعليم المهارات . وفي العروض الإيضاحية الجيدة ، تتاح الفرصة أمام الناس لممارسة مهارات جديدة .

ما هي الموارد اللازمة ؟

ادرس الموارد اللازمة . فبعض الطرائق لا تحتاج إلا لشخصك أنت والناس من حولك . ومن أمثلة ذلك : القصص والأغاني وتمثيل الأدوار والمناقشات الجماعية وإجتماعات الأهالي .

وبعضها الآخر يحتاج إلى استخدام مواد أو معينات تعليمية مثل الملصقات والمعلقات واللوحات الوبرية والعروض الإيضاحية والنماذج ومسرح العرائس والصحف واللوحات القلابة .

وثمة طرائق تحتاج إلى آلات مثل : أجهزة التسجيل وأجهزة عرض الشرائح والأفلام ... الخ . وتحتاج الأجهزة عادة إلى كهرباء . والأدوات والآلات تكلف مالاً . لذلك حاول البحث عن الطرائق غير المكلفة والفعالة في الوقت نفسه .

وحتى لو استطعت استعارة الأفلام وأجهزة العرض والمولد الكهربائي فإن الأفلام قد تأتي من بلد له ثقافة لا يفهمها أهل مجتمعك . بل أنها قد تكون ناطقة بلغة غير لغتهم . وفي هذه الحالة من الأفضل أن تعد تمثيلية محلية . فالمسرحية لا تحتاج إلا لبعض الأفراد وقليل من الأدوات . وفي التمثيلية يمكن استخدام اللغة المحلية وتكون أمام الأهالي فرصة المشاركة فيها . ومن ثمّ فإن الآلات الباهظة الثمن لن تلزم لهذا الغرض .

فكّر في طرق أخرى تستطيع معها استخدام الموارد المحلية في إعداد الطرائق التثقيفية أو توفيرها .

ماهي تشكيلة الطرائق اللازمة ؟

تخيّر تشكيلة من الطرائق . فالتنوع والتكرار أمران مهمان . فباستخدام مجموعة متنوعة من الطرائق التثقيفية تجعل برنامجك شيقاً ومسلياً . وإذا أعدت تكرار الأفكار بطرق مختلفة يحتمل أن تزيد قدرة الناس على تذكرها .

فإن كنت على سبيل المثال تروي قصة ، يمكنك أن تعرض بعض المعلقات أو الصور ذات الصلة بالقصة ، ثم يمكنك أن تطلب من بعض مستمعيك أن يقوموا بتمثيل أدوار القصة حتى يتمكن الجميع من مشاهدتها .

فالحديث عن الصحة يجب أن يكون أكثر من مجرد الكلام . بالطبع لابد أنك ستحاضر . لكن عليك مع المحاضرة أن تعرض صوراً ومعلّقات . ويجب أن تكون هناك مناقشات جماعية . كما أن العروض الايضاحية والممارسة تساعد الناس على أن يتعلموا المزيد من الحديث الذي تقدمه .

ويمكن جعل اجتماع الأهالي أكثر حيوية إذا قدمت معه تمثيلية قصيرة . فذلك يساعد على اجلاء المسائل للناس . كما ويمكنك إضافة المعارض إلى برنامج الاجتماع أيضاً . وبذلك يتسنى للحاضرين أن يشاهدوا المعروضات ويتعلموا شيئاً عن الموضوع قبل أن يبدأ الاجتماع .

ماهي الطرائق التي تناسب الجماعة ؟

ستلتقي بأشخاص مختلفين وجماعات متنوعة ، منهم الكبير ومنهم الصغير . وبعض هذه الجماعات يتكون من نساء وبعضها من رجال وبعضها الآخر من خليط من الجنسين . فاختر الطرائق وكيّفها بحيث تتناسب مع نوع الأشخاص الذين تتصل بهم .

فالقصص الخيالية عن الحيوانات قد تكون أفضل للأطفال منها للبالغين . وقد تكون المحاضرات أفضل للمتعلمين منها للأميين . وإذا كان الناس ينتمون إلى دين واحد ، تخير الأمثال والحِكم من النصوص والكتب المقدسة لذلك الدين .

تقـيم النتـائج

عندما تبذل الجهد والوقت اللازمين لمشروع ما ، فإنك نود معرفة ما إذا كان هذا المشروع قد نجح أم لا . وللتوصل إلى الحكم الصحيح لا تكتف بقولك : « لقد نجحنا

تماماً » أو « إننا حققنا بعض النجاح » أو « لقد فشلنا » . فالمطلوب مقياس محدد ، ما أمكن ، لمدى النجاح .

التحقــق من مـدى التقـدم

تمد الملاحظة واللقاءات الشخصية والسجلات بمعلومات مفيدة لتقييم البرنامج . راجع الصفحات ٨٠–٨٣ التي تبين كيف أن الجدول الزمني يساعد المجتمع على قياس مدى



من المهم اختيار الطرائق التثقيفية الأكثر ملاءمة للجماعة المعنية . والأهم من ذلك أن تستخدم مزيجاً من الطرائق التي تساعد الناس على الفهم بصورة أفضل وتجعلهم يتذكرون .

التقدم أثناء تنفيذ برنامج مورد المياه . فعلى سبيل المثال كانت الخطة تقضي بأن يجمع المال بحلول الأسبوع الثاني عشر . فإذا لم يكن قد جمع المال الكافي في ذلك الموعد ، فهناك خطأ ينبغي مواجهته . وعلى جماعة التخطيط أن تشرع في البحث عن سبب ذلك . فربما لم يكن أصحاب الرأي في الحي على علم كاف بكيفية جمع الأموال . وربما كان هذا الوقت من السنة غير مناسب لجمع التبرعات لأن موعد الحصاد لم يكن قد حان بعد .

وإذا كانت الخطة تتطلب حفر أربع آبار خلال ستة أشهر ولم يتم حفر سوى بئر واحدة بحلول الأسبوع السابع عشر أو الثامن عشر ، فعلى الجماعة أن تبحث عن سبب ذلك . فربما يكون السبب هو الحاجة إلى مزيد من المواد تفوق ما كان مخططاً له في الأصل . وربما يكون السبب أن بعض العمال قد أساء فهم التعليمات .

ويجب أن تصحح الأخطاء بمجرد اكتشافها .

النتائج النهائية

عند الانتهاء من الأنشطة التثقيفية يجب أن تكون قادراً على قياس مدى النجاح وذلك عن طريق إحصاء عدد الأشخاص الذين يتصرفون وفقاً للأهداف الأصلية : هل هذا العدد زاد عما كان عليه قبل البدء في البرنامج ؟

استخدم أسلوب الملاحظة لتتحقق من النتائج . ففي حالة الآبار مثلاً : هل هناك بيّنة على وجود صيانة صحية لها ؟ هل حافظ الناس على تغطيتها ؟ هل يستخدمون أوعية نظيفة لرفع الماء ؟ هل يحفظون الماء في أوانٍ نظيفة مغطاة في بيوتهم ؟ هل مازال الناس يترددون على الترع للحصول على الماء ؟

فإذا كان الناس يستخدمون البئر بطريقة صحية ، ويحفظون الماء بطريقة مأمونة في البيت عندئذ تكون الأهداف التثقيفية للبرنامج قد تحققت .

وفيما يتعلق بالأهداف الصحية يجب أن تقل الأمراض التي يحملها الماء . وهذه النتيجة قد تستغرق بضعة أشهر حتى تتضح تبعاً لنوع المرض . وإذا لم يحدث انخفاض في معدل المرض فاختبر مياه البئر وابحث عن مصادر أخرى للتلوث . أما إذا كان معدل الأمراض المحمولة بالماء قد انخفض بالفعل فهذا يعني أن البرنامج قد نجح .

التعلم من التقييم

عند نهاية البرنامج ، يمكن عقد اجتماع نهائي لمناقشة مدى نجاح البرنامج . وثمة سؤالان رئيسيان تجب الإجابة عنهما :

١ – هل سار العمل كما جاء في الخطة ؟

- هل شارك الناس ؟
- هل كانت الموارد متاحة في المواعيد المحددة ؟
- هل اكتسب الأشخاص مهارات جديدة وتعلموا من البرنامج ؟

٢ – هل أزيلت المشكلة أو خفضت ؟ وباستخدام مثال البلهرسية :

- هل توجد الآن موارد مياه مأمونة في متناول الناس ؟

- هل يتخلص الناس من البراز والبول بطريقة مأمونة ؟
- هل عدد الأشخاص الذين يعانون المرض أقل الآن منه قبل بدء البرنامج ؟

إن مناقشة هذه الأسئلة تساعد الناس على تقييم برامجها والتعلم منها . ويمكننا الحصول على إجابات عن هذه الأسئلة بالطريقة التي جمعنا بها أصلاً معلومات عن المجتمع حينما بدأنا التخطيط – بالملاحظة واللقاءات الشخصية والسجلات – قارن المعلومات المجموعة قبل بدء البرنامج بالمعلومات المجموعة بعد نهايته .

وحتى إذا لم يسر البرنامج على النحو المرجو له ، فإنه لابد من عقد اجتماع لدراسة أسباب ذلك . كما أن مراجعة الجدول الزمني ستبين ما إذا كان كل شخص قد أدى واجبه .

وفيما يلي بعض الأسئلة التي قد تساعدك في هذا الخصوص :

هل كانت هناك صعوبات لم يبلغ عنها في المراحل الأولى من البرنامج ؟ هل عطلت أحداث اجتماعية أخرى الناس أو أعاقتهم عن المشاركة في العمل ؟ هل كانت هناك خلافات بين أفراد المجتمع حالت بينهم وبين العمل معاً ؟ هل كانت المدة المحددة للبرنامج غير واقعية ؟ هل كانت الأعمال المختارة غير ملائمة للثقافة المحلية ؟

وبعد إكتشاف مصدر الصعوبات تستطيع الجماعة تقرير ما إذا كانت ستعاود الكرة من جديد . ويمكن للمرء أن يتعلم من الأخطاء ومن النجاح على حد سواء . ومما يبعث على الأمل أن يجتمع الناس معاً ليبحثوا بجدية وموضوعية عن أسباب المشكلة . وفي مثل هذه الحالات يمكن أن يقدم العامل الصحي المساعدة والتشجيع اللازمين . ومن خلال المعرفة الجديدة التي تكتسبها الجماعة عن المشكلة فإنها تستطيع عندئذ وضع برنامج أفضل في المستقبل .

مراجعة عملية التخطيط

سبق أن تناولنا الخطوات المختلفة التي لابد منها لتخطيط أنشطة التثقيف الصحي في مجال الرعاية الصحية الأولية . وقد لاحظنا أن في كل خطوة منها يستخدم العامل الصحي أساليب تثقيفية صحية من شأنها أن تسهل وتقوي مشاركة المجتمع في التنمية

الصحية . وفي مقدورك عن طريق هذه المشاركة أن تتأكد من أن التكنولوجيا المستخدمة هي التكنولوجيا الملائمة .

استخدام التكنولوجيا الملائمة

تمثل التكنولوجيا الملائمة عاملاً هاماً في نجاح الرعاية الصحية الأولية . وكلمة تكنولوجيا ، كما هي مستخدمة هنا ، تعني مجموعة مترابطة من الطرائق والأساليب والمعدات التي يمكن أن تسهم هي والأشخاص الذين يستخدمونها اسهاماً كبيراً في حل مشكلة صحية .

والتكنولوجيا الملائمة تعني أنها لابد أن تكون سليمة من الناحية العلمية وأن تكون مقبولة لدى من يطبقونها ولدى من يستفيدون منها على السواء . وهذا يعني ضمناً أن تكون التكنولوجيا متمشية مع الثقافة المحلية . وأن تكون قابلة للتكييف والتطوير حين يقتضي الأمر ذلك .

وإضافة إلى ذلك يجب أن تكون التكنولوجيا سهلة الفهم وسهلة الاستخدام من قبل العاملين الصحيين في المجتمع وأفراد المجتمع على السواء . ورغم أن أشكال التكنولوجيا الملائمة تختلف باختلاف مراحل التنمية ، فإن البساطة مطلوبة دوماً . وأفضل الأساليب المثمرة لضمان توافر التكنولوجيا الملائمة هو أن نبدأ بالمشكلة ثم نبحث عن تكنولوجيا تتفق والظروف والموارد المحلية أو نبتكر مثل هذه التكنولوجيا إن اقتضى الأمر .

إشراك الناس في الرعاية الصحية

ينص تقرير لجنة خبراء منظمة الصحة العالمية المعنية بدراسة الأساليب الجديدة للتثقيف الصحي في مجال الرعاية الصحية الأولية[1] على مايلي :

لإشراك الناس وتمكينهم من وضع أهداف الرعاية الصحية الخاصة بهم ، ينبغي للقائمين بتقديم الرعاية الصحية :

(أ) إتاحة الفرص للناس ليتعلموا سبل التعرف على المشكلات الصحية والمشكلات المتصلة بالصحة وتحليلها ويتعلموا سبل تحديد أهدافهم .

(١) سلسلة التقارير التقنية لمنظمة الصحة العالمية ، رقم ٦٩٠ ، ١٩٨٣ .

(ب) جعل المعلومات الصحية والمعلومات المتصلة بالصحة في متناول المجتمع بما فيها المعلومات المتعلقة بالطرق العملية والفعالة والمأمونة والاقتصادية لتحقيق الصحة الجيدة والتغلب على المرض والعجز .

(ج) إشعار الناس بالحلول البديلة للمشكلات الصحية والمشكلات المتصلة بالصحة .

(د) إيجاد الوعي بأهمية التواصل الفعال في تعزيز الفهم المتبادل والمساندة بين الناس وبين القائمين بتقديم الرعاية الصحية .

(هـ) ترجمة الأهداف التي يضعها الناس إلى مرام بسيطة ومفهومة وواقعية ومقبولة يمكن للمجتمعات أن ترصدها .

(و) مساعدة الناس على تعلم طرق تحديد الأولويات بين مختلف المشكلات الصحية التي سبق أن تعرفوا عليها ، وعلى فهم الحاجة الى التمشي مع السياسات القائمة عند القيام بذلك ، فعلى سبيل المثال يجب أن تعطى الأولوية لقطاعات المجتمع المحرومة ولبعض الأمراض على أساس درجة العدوى بها وقابليتها للمعالجة .

ويضيف التقرير :

ومن الضروري أن تفهم المجتمعات بوضوح دورها في تنفيذ الاستراتيجيات الخاصة بحل المشكلات الصحية . وهنا يجب أن ييسر التثقيف الصحي الحوار مع الناس من خلال أشكال التواصل المقبولة ثقافياً واجتماعياً .

تنمية مشاركة المجتمع

كان موضوع المناقشات التقنية[1] التي عقدت في آيار/مايو ١٩٨٣ أثناء انعقاد جمعية الصحة العالمية السادسة والثلاثين هو « السياسات الجديدة للتثقيف الصحي في الرعاية الصحية الأولية » . واشترك في المناقشات أكثر من ٣٠٠ مندوب من أعضاء الوفود التي حضرت « الجمعية » . فناقشوا الحاجة إلى إقامة مشاركة حقيقية بين العمال الصحيين والمجتمع في كل مرحلة من مراحل التخطيط الصحي بدءاً من تعرف المشاكل

(١) تجتمع الدول أعضاء منظمة الصحة العالمية في جنيف كل عام لتحديد سياسات المنظمة واتخاذ الاجراءات اللازمة لتعزيز أهداف منظمة الصحة العالمية . وفي هذه المناسبة تعقد مناقشات تقنية في موضوعات محددة تحظى بالاهتمام الدولي . وكانت هذه هي المرة الثانية التي كان التثقيف الصحي فيها موضوعاً للمناقشات التقنية . أما المرة الأولى فقد كانت في عام ١٩٥٨ .

وتحديدها ، إلى تسهيل العمل الصحي وتعزيزه ثم تقييم النتائج . وتبينوا أنه يجب أن يكون هناك حوار مستمر وتآثر بين المجتمع والعمال الصحيين .

فالناس قد « يشعرون » بمشكلات كثيرة صحية أو متصلة بالصحة ، ولكنهم قد لا يستطيعون التعبير عنها بوضوح . وقد توجد مشكلات خطيرة أخرى لا يرونها . ويجب على العامل الصحي أن يشجع المجتمع المحلي على الدراسة الذاتية ويرشده فيها كي يستطيع المجتمع فهم مشكلاته على وجه أفضل ، ويحدد الموارد المحلية المطلوبة لحلها ، ويلتمس العون الخارجي عند الحاجة إليه .

وأثناء سير العمل لحل المشكلة ، يساعد العامل الصحي مجتمعه على دراسة ما إذا كانت جهوده مثمرة وفعالة . فهل التغييرات المرغوبة آخذة في الحدوث في المجتمع ؟ وهل نشأت عقبات أمام التقدم ؟ وهل التكنولوجيات والاستراتيجيات المختارة مناسبة ؟ وبتعبير آخر يجب على العامل الصحي أن يشغل المجتمع في دورة مستمرة من التخطيط والعمل والتقييم . إن العامل الصحي بحثّه على المشاركة والإنهماك في العمل والفحص الذاتي المستمر إنما هو يعلم المجتمع ويثقفه في عملية التخطيط ، وهذا يجعل الجهود الذاتية ممكنة في المستقبل .

وتوضح الخريطة المبينة في الصفحتين ٩٨ و ٩٩ كيف يمكن إنشاء وتنمية المشاركة الحقيقية بين العمال الصحيين والمجتمع .

تنسيق مستويات التخطيط

إن التنسيق مهمة هامة في التثقيف الصحي . فيلزمنا إيجاد رابطة تصل بين الناس ومختلف الهيئات التي تملك الموارد ، وتعزيز التواصل بين الناس وتلك الهيئات . ويجب علينا أيضاً تشجيع التواصل بين الهيئات ذاتها حتى تستطيع تسخير مواردها بأقصى فعالية في مساعدة المجتمع . وينبغي لنا أيضاً أن ندرك أن هذه المساعدة ستأتي من مستويات مختلفة — مستوى المنطقة والاقليم والولاية والمستوى الوطني .

إن الرعاية الصحية الأولية من الشؤون الوطنية وليست مجرد شأن محلي . فالوزارات والهيئات على المستوى المركزي تخطط أيضاً لأداء خدمات الرعاية الصحية الأولية أداءً فعالاً . ومن الضروري للمجتمع أن يكون على وعي بهذه الجهود التخطيطية المركزية

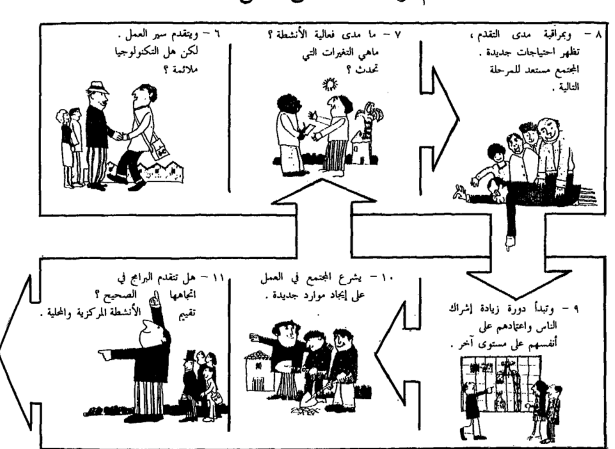
حتى يمكنه الاستفادة من الموارد . ومن أمثلة الوظائف المركزية إمداد جميع المجتمعات المحلية بالأدوية الأساسية . وثمة وظيفة مركزية هامة أخرى متصلة اتصالاً وثيقاً بالتثقيف الصحي ، وهي تخطيط برامج وسائل الإعلام (الراديو والتليفزيون الخ) على أساس أولويات الاحتياجات الصحية .

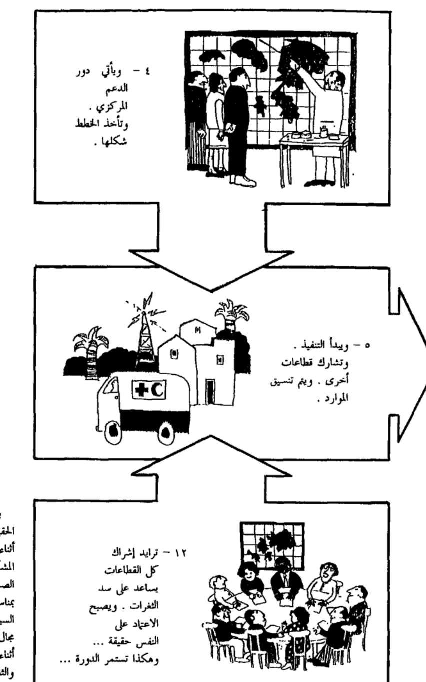
ويجب على المجتمع والعمال الصحيين معاً ، أن يتأكدوا من أن احتياجاتهم من الأدوية الأساسية ، ووسائل النقل الأساسية ، والوسائل التثقيفية وغير ذلك من الموارد الأخرى تبلغ باستمرار إلى المسؤولين عن التخطيط المركزي . وبالمثل ، يجب أن يكون المخططون المركزيون على اتصال دائم بالمجتمعات المحلية لاستعراف احتياجاتها ، ومن ثم يكونون في وضع أفضل للتخطيط من أجل الرعاية الصحية الأولية .

وظائف لا مركزية



الاعلام والتثقيف من أجل الصحة





يوضح هذا الرسم كيف تنشأ المشاركة الحقيقية بين العاملين الصحيين والمجتمع أثناء المراحل المختلفة للتعرف على المشكلات ، ثم تسهيل القيام بالعمل الصحي وتعزيزه . وقد أعد هذا الرسم بمناسبة المناقشات التقنية التي دارت عن السياسات الجديدة للتثقيف الصحي في مجال الرعاية الصحية الأولية التي دارت أثناء جمعية الصحة العالمية السادسة والثلاثين في آيار/مايو ١٩٨٣ .

التثقيف الصحي للأفراد

التشاور counselling من أكثر أساليب التثقيف الصحي استخداماً لمساعدة الأفراد والعائلات .

فأثناء عملية التشاور يلتقي الشخص صاحب الحاجة مع الشخص الذي يقدم المساندة والتشجيع (أي المشاور) ويتناقشان بطريقة تمكن صاحب الحاجة من إكتساب الثقة في قدرته على إيجاد الحلول للمشكلات القائمة . ويعتمد أسلوب التشاور اعتماداً كبيراً على مهارات التواصل communication وإقامة العلاقات .

وتنشأ فرص التشاور عندما نعمل مع الأفراد والعائلات ، أي مع المرضى في المركز الصحي ومع التلاميذ في المدارس أو أثناء الزيارات المنزلية . وهذا بعض من كثير . ويجب أن يكون التشاور جزءاً من المعالجة والرعاية اللتين تقدمان للمريض أو للشخص الذي يعاني اضطراباً . كما أن التشاور يمثل جانباً هاماً من جوانب الوقاية من المرض وتحسين الصحة لأنه يعين الناس على فهم ما يمكنهم عمله بجهودهم الشخصية من أجل تحاشي المرض وتحسين حياتهم .

ويصف هذا الفصل ما يلي :

الغرض من التشاور

يلقى الأفراد من خلال عملية التشاور التشجيع على التفكير في مشكلاتهم وبذلك يصلون إلى فهم أعمق لأسبابها . ونتيجة لهذا الفهم يأخذ الناس العهد على أنفسهم – كما هو مأمول – باتخاذ الاجراءات اللازمة لحل مشكلاتهم . والإجراء الذي يتخذ ينبع من قرار يتخذه الشخص بنفسه ، رغم أنه يسترشد برأي المشاور عند اللزوم .

والتشاور يعني الاختيار لا الإكراه ولا إسداء النصح . فقد يعتقد العامل الصحي أن نصيحته تبدو معقولة ، ولكنها قد لا تتلاءم مع الظروف الخاصة لمتلقى النصح . وفي التشاور يكون الشخص المعني هو صاحب القرار ، وهكذا يزيد احتمال ملاءمة الحلول المختارة . والحل الملائم هو ذلك الحل الذي يمكن للشخص اتباعه ويؤدي إلى نتائج ناجحة .

وفيما يلي مثال للمشكلات التي تنشأ حين يقوم الأسلوب المستخدم على إسداء النصح أو الإكراه :

أثناء إحدى الزيارات المنزلية رأت إحدى العاملات الصحيات والدة لديها توأمان يبلغان من العمر ثلاثة أسابيع . وكان حجم الرضيعين صغيراً جداً إلى درجة جعلت العاملة الصحية تقلق على إمكان بقياهما على قيد الحياة . فعنفت الأم على عدم التوجه بهما إلى العيادة .

ونصحت العاملة الصحية الأم بأن تأتي إلى المستشفى في الحال ومعها التوأمان ، وأن تبقى معهما هناك حتى يكبرا ويقويا . وأومأت الأم برأسها بالقبول ، إلا أنها سرعان ما أجهشت بالبكاء .

وأتى أحد أشقاء زوجها ليتبين سبب بكائها . فشرحت العاملة الصحية الوضع للرجل فثارت ثائرته . وقال : إن هناك أسباباً وجيهة كثيرة جعلت هذه الأم تبكي ، لأنها إذا أقامت في المستشفى فلن يكون هناك أحد يرعى طفليها الآخرين . وقد وفدت هي وزوجها مؤخراً إلى البلدة . ولا يوجد هناك شخص يعرفه طفلاها ويطمئنان إلى الإقامة معه . كما أن الأم كانت تبكي خوفاً من العاملة الصحية ظناً منها أنها قد تمتنع عن مساعدتها في المستقبل إذا لم توافق على الذهاب إلى المستشفى على الفور .

قواعد التشاور

من الواضح أن العاملة الصحية في المثال السابق لم تتعلم أساليب التشاور وإلا كانت قد اتبعت القواعد البسيطة التالية :

إقامة العلاقات

يُبدي المشاورون اهتماماً بالشخص المعني ورعاية لمصلحته . فهم يهتمون بإقامة علاقات طيبة مع الشخص الذي يحاولون مساعدته منذ البداية . والناس يكونون أكثر استعداداً للتحدث عن مشكلاتهم مع مَن يثقون بهم .

التعرف على الاحتياجات

يحاول المشاورون فهم المشكلة كما يراها الشخص نفسه . ولابد للناس من أن يتعرفوا بأنفسهم على مشكلاتهم ، ولا ينبغي أن يحدد المشاورون المشكلات لهم . ومن شأن أسلوب التعليقات الحرة أن يساعد في هذا الصدد (انظر الصفحة ٥٤) . أما واجب المشاور فهو الإصغاء بعناية .

المشاعر

على المشاورين أن ينموا إحساساً بالمشاركة العقلانية (أي تفهماً وتقبلاً) لا إحساساً بالمشاركة الوجدانية (أي أسىً وعطفاً) نحو مشاعر من يستشيره . فعليهم أن لا يقولوا « لا تقلق كثيراً على ذلك الأمر » . فمن الطبيعي أن يساور الناس القلق والخوف إزاء مشكلاتهم . والمشاور الماهر هو الذي يساعد الناس على إدراك حقيقة مشاعرهم وكيفية التعامل معها .

المشاركة

على المشاورين أن لا يحاولوا أبداً إقناع الناس بتقبل نصائحهم . فإذا ثبت خطأ النصيحة كانت النتيجة غضب المستشير وانعدام الثقة بينهما بعد ذلك . وأما إذا ثبتت صحة النصيحة فقد يتواكل ذلك الشخص على المشاور في حل كل مشكلاته .

فالمشاورون يساعدون من يستشيرهم على التفكير في كل الأمور التي من شأنها أن تؤثر في المشكلة ويشجعونهم على اختيار أفضل الحلول المناسبة لأوضاعهم .

كتمان الأسرار

تعرض على المشاورين مشكلات شخصية عديدة قد يكون منها ما يسبب الحرج . ويجب أن تبقى هذه المعلومات سرية ولا يباح بها للآخرين حتى ولو كانوا من أقارب المستشير ذاته . فإن اكتشف أحد الأفراد الذين يشاورونك في أمورهم أنك بُحت للآخرين بشيء مما جرى أثناء التشاور ، فإن المستشير لن يثق فيك بعد ذلك بل وربما يتجنبك . فقد يقع ذلك الشخص في متاعب بسبب ما باح به المشاور إلى الآخرين . فعلى المشاورين أن يحترموا خصوصيات الناس الذين يمدون لهم يد العون . فلا يكشفون مطلقاً عن أي معلومات مالم يحصلوا على إذن خاص من صاحب الشأن .

المعلومات والموارد

رغم أن المشاورين لا يسدون نصحاً ، إلا أن عليهم أن يشاركوا صاحب الأمر في الأفكار الخاصة بالموارد والمعلومات التي يحتاجها للتوصل إلى قرار سليم . فعلى سبيل المثال لا يدرك كثير من الناس العلاقة بين سلوكهم وبين صحتهم . كما أن المشاورين لا يلقون محاضرات ولا خطباً ، لكن عليهم أن يقدموا للناس حقائق مبسطة أثناء النقاش ليساعدوهم على رسم صورة أوضح لمشكلتهم .

ويمكن للعاملين الصحيين والعاملين في تنمية المجتمع أجمعين أن يمارسوا أسلوب التشاور في عملهم . كما أن الآباء والأصدقاء والمدرسين يمكن أن يقدموا المشورة كذلك . والعبرة هي أن يكون العامل الصحي أو المدرس أو الأب أو الصديق على إستعداد للإصغاء بعناية وأن يشجع الشخص المحتاج للمشورة على تحمل أكبر قدر من المسؤولية إزاء حل مشكلته .

والآن وقد اطلعت على قواعد التشاور أعِد التفكير في حالة أم التوأمين . كيف كان يمكن للعاملة الصحية أن تستهل زيارتها المنزلية على نحو أفضل ؟ ماهي التعليقات والأسئلة التي كانت يمكن أن تطرحها لتتوصل إلى المزيد من المعلومات عن مشكلات تلك الأم ؟ وكيف كان أقاربها في المنزل يستطيعون أن يشاركوها في ذلك ؟ هل في مقدورك أن تفكر في حلول بديلة للمشكلة ؟

أنماط التشاور المختلفة

التشاور مع العائلات

قد يحتاج الناس إلى المساعدة من عائلاتهم لحل مشكلة . ومهارات التشاور مفيدة سواء كان المشاور يعمل مع فرد واحد أو مع عائلة بأسرها .



أحياناً يلزم إشراك العائلة كلها في حل المشكلة الصحية . تذكّر أن كل عضو من أعضاء العائلة يضطلع بمسؤوليات مختلفة في البيت وعلى ذلك يمكنه أن يساعد بطرق مختلفة على إيجاد الحلول المناسبة .

فنحن حينما نعمل مع عائلة إنما نتعامل مع أكثر من شخص واحد . من ثمّ فقد يكون هناك أكثر من مشكلة واحدة وأكثر من حاجة واحدة وبالتأكيد أكثر من حل واحد . وأعلم كذلك أن لمختلف الأشخاص في نطاق العائلة مسؤوليات وسلطات مختلفة . فالأب ، على سبيل المثال ، قد يكون له القول الفصل في كيفية إنفاق العائلة لمالها . أما الأم فقد تتخذ معظم القرارات الخاصة بأنواع الأغذية التي تتناولها الأسرة . وأما الجدود فإن لهم نفوذهم في محافظة العائلة على العادات المتوارثة . ابحث عن الشخص المناسب لكل مشكلة وتحدث معه عنها . وأظهِر إحترامك دوماً لرب العائلة .

التشـاور مع الأطفـال

ستجد في العيادة أو في المدرسة أو في المجتمع أطفالاً لديهم مشكلات صحية أو عاطفية أو غير ذلك . ومن الممكن تقديم المشورة إليهم إن كانوا في سن تسمح لهم بالتحدث .

ويُفضَل أن يكون الحديث مع الطفل على إنفراد . ويمكن الحصول على معلومات عن خلفية الطفل من والديه أولاً ، ثم يطلب منهما بطريقة مهذبة الانتظار في الخارج . فأحياناً يرغب الآباء في الإجابة عن الأسئلة جميعها ، فلا يعطون للطفل فرصة للتحدث . وقد يخشى الطفل التحدث عن أشياء معينة أمام والديه . وعلى المشاور أن يبين للأبوين أن الطفل قد يتحدث بمزيد من الحرية عندما لا يوجد آخرون .



هذه العاملة الصحية تحنو على الطفل . وهكذا تتولد الثقة وينشأ الاطمئنان . ولذا أصبح هذا الطفل الآن على استعداد للتحدث مع العاملة الصحية عن مشكلاته الصحية الخاصة .

إبدأ الحديث مع الطفل بالتحدث عن الأشياء التي تُسعده : فسله عن الألعاب المفضلة لديه مثلاً . وعندما يرتاح إليك ابدأ في التحدث معه عن مشكلاته . دع الطفل يحس أن كل ما يقوله سيكون سراً . وبذلك سوف يثق فيك ويتحدث معك بحرية

وصراحة . حافظ على وعدك بالسرية دائماً . فإذا عَلِم الأبوان والمدرسون وغيرهم مما باح به الطفل فإنه سوف يخافك ولن يسمح لك بمساعدته بعد ذلك .

إتبع قواعد التشاور مع الطفل كما تفعل مع الكبار . ولاشك أن في مقدور الطفل أن يتعلم الكثير عن صحته من مشاور ماهر .

الزيـارات المنزليـة

يمكن أن يجري التشاور داخل العيادة أو في المدرسة ، لكن الزيارات المنزلية مفيدة أيضاً . فعلى العاملة الصحية أن تزور جميع المنازل الموجودة في مجتمعها بانتظام . فإن كانت القرية صغيرة وتحتوي على ما بين عشرة وخمسة وعشرين منزلاً يمكن إجراء الزيارات مرة واحدة على الأقل كل أسبوعين . وأما في القرى الأكبر حجماً فيمكن إجراء الزيارات مرة كل شهر . وهذه هي بعض دواعي الزيارات المنزلية :

- إقامة علاقات طيبة مع الناس والعائلات .
- الحث على الوقاية من الأمراض الشائعة .
- اكتشاف الأوضاع المحفوفة بالمتاعب وتعديلها في وقت مبكر قبل أن تتفاقم .
- تتبع التقدم الذي يحرزه المريض والتقدم في حل المشكلات الصحية الأخرى .
- تعليم العائلة كيفية مساعدة المريض .
- إخبار الناس بأحداث المجتمع الهامة التي تحتاج إلى المشاركة من جانبهم .

ويمكننا تعلّم الكثير من الزيارات المنزلية . فيمكننا أن نعرف كيف يمكن للبيئة ولظروف العائلة أن تؤثر في سلوك الشخص . هل لدى العائلة موارد مثل بئر للمياه ؟ من هم الأقارب المقيمون في البيت ؟ هل يساعدون على تقدم الفرد أم أنهم يعوقونه ؟

عندما يكون الناس داخل بيوتهم فإنهم يشعرون بأنهم أكثر سعادة وطمأنينة . وغالباً ما نجد أن الناس يكونون أكثر استعداداً للتحدث وهم داخل بيوتهم مما لو كانوا في العيادة . ففي العيادة قد ينتابهم الخوف من أن يراهم أناس آخرون ويسترقوا السمع أثناء حديثهم . وقد يبوحون بمزيد من المعلومات وهم في البيت ففيه يشعرون بقدر أكبر من الأمان .



غالباً ما يشعر الأطفال بالخوف عندما يلم بهم المرض . وقبل أن تبدأ العاملة الصحية في معالجة الطفل وتقديم المشورة إليه عليها التأكد من أن الطفل يثق فيها ويشعر نحوها بالارتياح .

إن العرض الإيضاحي لطرق التغذية nutrition demonstration مثلاً قد يكون أكثر جدوى لو تمّ في بيت الشخص المعني . ففي البيت تستطيع العاملة الصحية أن تستخدم المواد والأدوات ذاتها التي تستخدمها ربة البيت . وهذا من شأنه أن يجعل العرض الإيضاحي أكثر واقعية والتعلّم أكثر سهولة . وسوف نتناول في الفصل الخامس كيفية إجراء العروض الإيضاحية وتنظيمها .

وإذا أقبلت على الناس بروح الود والتفاهم فسيرحبون بك في بيوتهم ، وسوف تجد فرصاً كثيرة للتثقيف الصحي .

متى كانت المرة الأخيرة التي قمت فيها بزيارة منزلية ؟ ماذا كان سبب تلك الزيارة ؟ هل قابلك الناس بترحاب ؟ إن كان قد بدا على الناس التخوف فما الذي يمكنك فعله في المرة التالية لتحسين علاقاتك بهم ؟

هل استخدمت أسلوب التشاور في ذلك البيت ؟ كيف إستجاب الناس ؟ كيف يمكنك القيام بزيارة منزلية أفضل في المرة القادمة ؟



يمكن للعاملة الصحية أثناء قيامها بالزيارة المنزلية أن تتحقق من مدى تحسن حالة المريض ، وأن تلتقي بأعضاء الأسرة الذين في مقدورهم المعاونة في رعايته ، وأن تكتشف المشكلات الصحية الجديدة وأن تحثّ على اتخاذ الإجراءات الوقائية .

الأساليب التثقيفية المستخدمة في التشاور

ثمة طرائق تثقيفية متنوعة يمكن استخدامها لمساعدة الأفراد والعائلات على حل مشكلاتهم . وبعض هذه الطرائق يُعين الناس على فهم سبب مشكلتهم . وبعضها يساعدهم على رؤية الحلول الممكنة ، بينما تعينهم طرائق أخرى على التوصل إلى القرارات المناسبة للعمل بها .

وقد رأينا في الفصلين الأول والثالث مدى الفائدة التي تعود علينا حين نضع أنفسنا في موضع غيرنا من الناس ، ونفهم أسباب سلوكهم ، ولكن يلزم الناس أنفسهم أيضاً أن يدركوا أسباب وجود المشكلة . ومن ثمّ فإن دورنا يتمثل أولاً في فهم المشكلة ثم مساعدة الناس على فهمها . وعلينا بعد ذلك أن نتكاتف معهم لإيجاد الحلول الملائمة لأوضاعهم .

وأحياناً قد لا يرحب الناس باتخاذ الإجراء اللازم لحل مشكلاتهم . فقد لا يشعرون أن الأمر يستحق بذل كل الجهد والوقت اللازمين . فحثُهم على تفحص قيمهم حتى يمكنهم اتخاذ قرار ما بشأن الأهمية التي يعطونها لصحتهم ورفاهتهم .

وهناك طريقة أخرى لمساعدة الناس على اتخاذ قرار بالعمل ، وتتمثل في استخدام أسلوب المكافأة الذاتية self-reward . فينبغي أن يقرر الناس مكافأة لأنفسهم إن هم واصلوا الإجراءات اللازمة حتى النهاية . وسوف نناقش هذين الأسلوبين في الصفحات ١١٢ – ١١٤ .

ومن الأهمية بمكان مساعدة الناس على انتقاء الحلول الملائمة لأساليب أدائهم لأعمالهم ومعتقداتهم . حاول أن تُعين الناس على تجنب الحلول التي لا تبعث على الارتياح ، وابحث عن بدائل عملية .

وقد يكون من المفيد أيضاً وصل الشخص بشخص آخر سبق أن غالب مشكلة مماثلة بنجاح كما في المثال التالي :

علمت السيدة أنجيل حديثاً بأنها مصابة بالداء السكري . وهي قلقة ، وما يقلقها هو كيف ستنجح في تغيير غذائها وأنشطتها ، وكيف ستختبر بولها وتأخذ أدويتها . فقررت العاملة الصحية أنه قد يكون من المفيد أن تقدم السيدة أنجيل إلى السيدة بدرية التي تعالج من الداء السكري منذ خمس سنوات ، حيث تستطيع معاونتها وتشجيعها بناء على خبرتها الشخصية .

تذكّر دائماً أن التشاور يتطلب أساساً إتباع نهج شخصي أو مهارة في الإصغاء ، وفي توفير المعلومات ومساعدة الناس على تحديد ماهو أفضل بالنسبة لهم .

إن العروض الإيضاحية وعرض الأشياء الحقيقية طرائق تثقيفية يمكن استخدامها لدى إعطاء المشورة للأفراد .

تيسير اتخاذ القرار وإعماله

ماهي الأمور التي نوليها أعظم قيمة ؟

كما ذكرنا في الفصل الأول ، إن القيم هي المعايير والمعتقدات البالغة الأهمية لنا والتي من شأنها أن تؤثر في سلوكنا . ومن الأمور التي يعظم الناس شأنها التقدم والسعادة والصداقة والأمن والراحة . وإذا سئل الناس عن الصحة ، فإن معظمهم يجيب بأنها تاج على رؤوس الأصحاء ، ولكنهم في أغلب الأحوال لا يذكرونها إلا عندما يفقدونها .

ورغم أن الناس شديدو الإيمان بقيمهم فهم لا يتخذون دائماً السلوك الذي يتمشى معها . بل إنهم لا يدركون في الغالب أنهم يسلكون سلوكاً مخالفاً لقيمهم ، كما يتضح من الأمثلة الواردة بعد :



إن هذه العاملة الصحية تتشاور مع السيدة عن أساليب تنظيم الأسرة .

فالناس يقدرون أطفالهم تقديراً عظيماً . ويعتبرون أن المرء يعتز بأن يكون والداً . ورعاية الأطفال واجب خاص يجب أن لا يؤخذ ببساطة . ولكنك قد ترى أحياناً عائلة

تنفق ما يزيد عن حاجتها من مال على الملابس القشيبة أو السجائر رغم ما يعانيه أطفالها من نقص في الوزن وزيادة في المرض . وربما يكون السبب في ذلك هو أن العائلة ترغب في اقتناء ملابس جديدة لحضور عرس أحد الأقارب . وربما يكون السبب في تدخينهم السجائر هو أن أصدقاءهم يفعلون ذلك ، أو أن ذلك أسلوب يسهّل اختلاطهم بالناس . وربما يعتقد بعض الناس أن تدخين السجائر يساعدهم على حسن التركيز في أعمالهم . وقد تجهل العائلة أن الأطفال يحتاجون إلى أنواع معينة من الأطعمة التي تضمن لهم الصحة والعافية . ولعلك تستطيع أن تفكر في أسباب أخرى تدفع هذه العائلة إلى هذا السلوك ، إذ لا يرجح أن يكون الأب والأم راغبين في إيذاء أطفالهما . ويحتمل أنهما لا يدركان أن سلوكهما يتعارض مع القيمة الكبيرة التي يضفيانها على الأطفال .

والآن انظر إلى مثل التلميذ المصاب في أحد أصابع قدميه . إنه يشكو مُرّ الشكوى من الألم . وهو يقول إنه يقدّر صحته . ويطلب منه العامل الصحي الحضور إلى العيادة لأخذ حقن على مدى خمسة أيام . وبعد مرور اليوم الثاني ينقطع التلميذ عن الحضور . وهناك مبررات كثيرة محتملة لهذا الانقطاع . فربما يكون الألم قد خف فظنّ التلميذ أن الحقنتين كافيتان . وربما كانت المسافة إلى العيادة طويلة أو ربما كان لديه عمل هام أو امتحان في المدرسة . وقد يكون خائفاً من العامل الصحي . وأياً كان السبب فمن الأرجح أنه لا يدرك أن سلوكه يتناقض مع قيمة الصحة التي أعرب عنها .

تفحص قيمك . ربما يتطلب ذلك منك إمعاناً عميقاً في التفكير . ماهي الأمور الخمسة التي توليها أعظم قيمة ؟ تأمل في إحدى هذه القيم . ارجع بذاكرتك إلى الأسبوع الماضي . هل كنت تسلك سلوكاً يتمشى مع قيمة معينة لديك ؟ إذا كان الأمر على عكس ذلك فما هي الأسباب ؟ لماذا يتعذر على الناس التصرف بمقتضى ما يؤمنون به من قيم ؟ ما الذي يمكنك فعله لتجعل سلوكك يتمشى مع قيمك ؟

تكييف السلوك ليتفق مع القيم

إن دورنا هو معاونة الناس على أن يروا بوضوح كيف أن قيمهم ليست متوافقة مع سلوكهم ، فلعلهم يحاولون تغييره . وإذا كان عليهم أن يفعلوا ذلك ، فيلزمنا مساعدة الناس على إكتشاف أهم الأمور في حياتهم . ويمكن القيام بذلك على خير وجه مع الأفراد ، وإن كان يمكننا أيضاً القيام به مع الجماعات الصغيرة . إن القيم مسائل

شخصية للغاية ، والأرجح أن الناس لا يفصحون لغيرهم عن قيمهم الخاصة وعن سلوكهم المتناقض مع تلك القيم .

إن مناقشة هذا الموضوع تشكل عادة جزءاً من جلسة التشاور الفردية . ولعلك قد تبينت الآن بالفعل بعض المشكلات التي يواجهها الفرد وبعض أسباب تلك المشكلات . فابدأ بسؤاله عن أهم الأمور في حياته ، وأي من هذه الأمور يوليها قيمة أكثر من غيرها . سله عما يفعله من أعمال ترتقي إلى مستوى تلك القيم . فإذا كان يعظم قيمة الصحة فما الذي يفعله ليحافظ على صحته ؟ وإذا كان يولي الأطفال قيمة كبرى فما الذي يفعله لضمان تنشئة أطفاله ليصبحوا أقوياء ناجحين ؟

وحالما تتضح للأفراد الأمور التي لها أسمى قيمة في حياتهم ، سلهم عما إذا كانوا يتصرفون دائماً بطريقة تنسجم مع تلك القيمة . فإن أجابوا بالنفي فسلهم عن السبب . ابحث عما يجعل من الصعب عليهم أن يحيوا دائماً وفق قيمهم . كذلك إن لاحظت أي تباين بين القيم التي يؤمن بها الشخص وبين تصرفاته فوَجِه نظره برفق إلى ذلك التباين . فإدراك هذا التباين خطوة ضرورية للغاية على طريق العزم على تعديل السلوك . ولكن حالما يقرر الشخص تعديل بعض عاداته وجب عليه الالتزام بهذا القرار يوماً بعد يوم حتى يصبح جزءاً من أسلوب حياته . وهذا غالباً ما يكون أمراً عسيراً . وسوف نرى الآن كيف يمكن تقوية ذلك العزم لدى الناس حتى يمارسوا عادات صحية .

إستخدام أسلوب مكافأة النفس

إذا عادت على الناس فائدة من تصرف ما ، فإن ذلك يكون مشجعاً ودافعاً لهم لتكرار هذا التصرف ، فيمكن للمكافآت أن تحث الناس على السلوك الصحي القويم . ولكن يجب استخدام هذا الأسلوب بحذر . فأولاً يجب أن لا تقدم المكافآت إلا عندما يكون تغيير السلوك عسيراً (ومثال ذلك تدخين السجائر) .

وثانياً يجب أن يدرك العامل الصحي أنه من الممكن تماماً خداع شخص بإغرائه بالمكافأة ومن ثم إحداث مشكلات كثيرة . ولتجنب ذلك تأكد دائماً من أن الناس يختارون من أنماط السلوك الصحية ما يريدون تحقيقه . وثانياً أنهم يختارون ما يرتضيه هو من مكافآت . إن عدم إتخاذ الحيطة عند منح المكافآت من شأنه أن يُحدِث مشكلات كالمشكلة التالية :

إن السيد « تميم » مصاب بفرط ضغط الدم . ومن المفروض أن يذهب إلى العيادة مرة كل شهر للتحقق من ضغط دمه ، وتجديد مؤونته من الأدوية . لكنه للأسف لا يحضر إلى العيادة إلا عندما تتردى حالته الصحية .

وكان الطبيب المناوب قلقاً على صحة السيد تميم . فقال له أنه سيدفع تكاليف انتقالاته لو أتى في موعده كل شهر ، فوافق السيد تميم على ذلك وبدأ يحضر بانتظام إلى العيادة .

وبعد عدة أشهر نُقِل هذا الطبيب إلى مستشفى آخر ، وعندما التقى تميم بالطبيب الجديد طلب منه النقود ليدفع ثمن انتقالاته ، فدُهش الطبيب وقال إنه لا يستطيع تحمل دفع نقود للمرضى كل شهر . فانصرف تميم غاضباً . ومنذ ذلك اليوم لم يعد إلى العيادة . وعندما كانت حالته تسوء كان يشتري الدواء من صيدلية في منطقته .

في هذا المثال أخفق الطبيب في مساعدة تميم لأنه جعل زمام الخيارات كلها في يده . وفي مجال التثقيف الصحي يجب أن يقرر الناس بأنفسهم تغيير سلوكهم ، وأن يختاروا المكافآت التي يكافئون بها أنفسهم جزاءً على ما حققوه من نجاح . ومن المهم كذلك تجربة أساليب أخرى أولاً . فلو كان السيد تميم يعاني من ضائقة مالية لكان من الأفضل وصله بإحدى مؤسسات الرعاية الإجتماعية .

وفيما يلي مثال آخر يبين كيف أن إحدى العاملات الصحيات شجعت المريض على الاشتراك معها في اختيار مكافأته لنفسه .

كان السيد « حامد » مصاباً بالسعال منذ عدة سنوات . وقد ساعدته العاملة الصحية على إدراك أن السجائر تزيد سعاله سوءاً . وعندما فهم ذلك قال إنه يريد الاقلاع عن التدخين . وحاول أن ينقص عدد السجائر التي يدخنها ، ولكنه بحلول الأسبوع التالي أصبح يدخن نفس عدد السجائر التي كان يدخنها من قبل . وعاد إلى العاملة الصحية يطلب منها العون .

فأصغت إلى حديثه ؛ وأيدته في أنه يمر بمرحلة عصيبة . وطلبت منه أن يخبرها عن بعض الأنشطة التي يحب القيام بها في وقت فراغه . فقال الرجل إنه يحب لعب الشطرنج مع جاره . وسألته عما إذا كانت لديه أطعمة مفضلة . فقال إن الدجاج هو أكلته المفضلة ولكن ليس في مقدوره دائماً الظفر بها فزوجته لا تطهي الدجاج إلا مرة في الشهر أو مرتين .

عندئذ شرحت العاملة الصحية له فكرة المكافأة . وقالت إنه في وسعه أن يكافىء نفسه بشيء يحبه لو أقلع عن التدخين . وفكر السيد حامد في ذلك الأمر ملياً . وقال إنه سيتحدث مع جاره وزوجته في هذا الشأن . وفي الأيام التي كان يمتنع فيها عن التدخين كان يلعب الشطرنج مع جاره . أما إذا ما دخن السجائر فكان يمكث في بيته ولا يلعب ، لقد كان يحب لعب الشطرنج حباً جماً ، وعلى ذلك فمباراة الشطرنج من شأنها أن تكون مكافأة له ، وكان من الممكن أن يذكره جاره أثناء

المباراة بعدم التدخين . (إن مساندة الأصدقاء والأقارب عامل آخر مهم في التثقيف الصحي) . كما أنه كان يدخر الأموال المتوفرة من التدخين ثم يعطيها لزوجته لتطهي وجبة من الدجاج . وكانت تلك مكافأة محببة إلى نفسه .

وأخيراً لابد أن تكون المكافأة شيئاً مفيداً للشخص . فقد يقول طفل « إني أريد قطعة من الحلوى إذا قمت بتنظيف أسناني كل يوم ». ولكن أكل الحلوى كل يوم ليس في صالح صحة الأطفال . لعل قدراً يسيراً من الحلوى في نهاية الأسبوع يكون كافياً . ولذلك يفضل أن تبحث لهذا الطفل عن مكافأة أخرى .

قارن بين المثلين الخاصين بالسيدين تميم وحامد . في أي هاتين الحالتين كان العامل الصحي مصيباً في استخدام المكافآت ؟ هل يمكنك أن تفكر في أساليب أفضل من أسلوب المكافأة لحث السيد تميم على الذهاب إلى العيادة ؟ هل تعتقد أن حامد سوف يحافظ على وعده بالإقلاع عن التدخين ؟ وإلى جانب أسلوب المكافأة ماهي الأساليب التثقيفية الأخرى التي يمكن أن يستعين بها كل من تميم وحامد ؟

نموذج لجلسة التشاور

فيما يلي مثال لمشكلة تستلزم التشاور : طلب أحد المدرسين من العامل الصحي أن يتحدث مع تلميذ من تلاميذه ، وابلغه معلومات كثيرة عن ذلك التلميذ . فهو يبلغ من العمر سبعة عشر عاماً ، وفي رأيه أنه ذكي ولكنه تغيب كثيراً عن المدرسة في الآونة الأخيرة . وكان يبدو عليه التعب دائماً . إنها السنة النهائية بالنسبة له . وكان المدرس قلقاً لأنه قد لا ينجح في الامتحانات .

وتبين من المناقشات الواردة بعد ما يمكن للعامل الصحي أن يفعله في مثل هذا الموقف . وانتبه إلى ما يقول . ولاحِظ أنه يسأل أسئلة عامة ليجعل التلميذ يبدأ في الحديث بحرية ، فهو يُرحِّب به ويحاول أن يقيم معه علاقة طيبة ، ويستمع بعناية إلى كل ما يقوله . ولم يقدم العامل الصحي أي نصيحة إلا بعد أن استمع للقصة الكاملة التي تكمن وراء مشكلة التلميذ .

كذلك فإن العامل الصحي قد شجع التلميذ على أن يفكر بعناية في المشكلة حتى يتمكن – أولاً – من فهم أسبابها فهماً أفضل . وثانياً – من التوصل بنفسه إلى الحلول

الممكنة . تذكّر أن الناس يكونون أكثر التزاماً بحل مشكلاتهم إن هم إشتركوا في إيجاد الحلول المناسبة لها .

إن كنت مع جمع من الناس يمكنك أن تحوّل هذا النموذج من جلسات التشاور إلى مسرحية أو تمثيلية صغيرة لغرض التدريب . أطلب من كل شخص من الحاضرين أن يقرأ المناقشة مرة واحدة . وادع اثنين من المتطوعين للاشتراك في التمثيلية على أن يقرأ أحدهما بصوت عال دور العامل الصحي بينما يقرأ ثانيهما بصوت عالٍ أيضاً ما يقوله التلميذ . ستكون هذه طريقة مفيدة للتدريب على التشاور .

نموذج لجلسة التشاور

العامل الصحي : صباح الخير . آمل أن تكون جميع أحوالك وأحوال والديك طيبة .

التلميذ : أشكرك . كلنا على مايرام ، إلا أمي فإنها تشعر ببعض الألم في ظهرها .

العامل الصحي : أعتقد أن هذه هي السنة النهائية بالنسبة لك في المدرسة ، فكيف تسير دراستك ؟

التلميذ : إنني عادة متفوق في دراستي ، لكن السنة النهائية كما تعلم صعبة دائماً .

العامل الصحي : هل كانت صحتك جيدة طوال هذا العام ؟

التلميذ : في الواقع أنني أشعر بالضعف وتنتابني حالات من الصداع المتكرر . وظننت أني مصاب بالبرداء (الملاريا) لكني لست متأكداً من ذلك .

العامل الصحي : إن البرداء تنتشر في هذا الوقت من السنة فهل أخذت أدوية لها ؟

التلميذ : لقد أخذت كل المقرر لي من أقراص الكلوروكين حوالي ثلاث مرات حتى الآن . لكن لا يبدو مطلقاً أنني شفيت تماماً .

العامل الصحي : إن الأقراص ضرورية لكن الدواء وحده لا يحل كل مشكلاتنا . هل تأكل جيداً ؟

التلميذ : اعتقد ذلك .

العامل الصحي : اخبرني بما تناولته من طعام في الأيام القليلة الماضية ؟

التلميذ : أول كل شيء إن أمي تطلب مني دائماً أن أتناول فطوراً جيداً ، لذلك كنت أصنع لنفسي ولأخوتي أطباقاً كبيرة من البليلة ، كما أنني أحاول دائماً شراء الفواكه .

العامل الصحي : تقول إنك تقوم ببعض أعمال الطهو والتسوق ؟

التلميذ : هذه مهام ضرورية . فمنذ سنوات قليلة خلت أصيبت أمي في ظهرها . ويسبب لها ذلك كثيراً من المتاعب الآن . وقال الطبيب أنها تتقدم في السن ولا يستطيع أن

يفيدها كثيراً . لقد أعطوها كثيراً من مخففات الألم ، وأوصانا الطبيب بأن نفعل كل ما في وسعنا لمساعدتها . ولما كنت أنا الابن الأكبر فإن كل المسؤوليات تقع على عاتقي .

العامل الصحي : ماهي الأعمال اليومية الأخرى التي تقوم بها ؟

التلميذ : إنني أساعد في إعداد العشاء كذلك . وأما بخصوص تنظيف البيت فإنني أشرك فيه إخوتي الصغار . لكن عليَّ أن أراقبهم لأتأكد من أنهم يؤدون ذلك كما ينبغي .

العامل الصحي : مع كل هذا العمل متى تجد وقتاً للاستذكار ؟

التلميذ : إنها مشكلة . من العسير عليَّ حقاً القيام بأي مذاكرة جادة إلا عند الانتهاء من الأعمال المنزلية ، وعندما يأوي الأطفال إلى فراشهم . عندئذ أقوم بالقراءة في ما تيسر لي من الوقت أو حتى يغلبني النعاس .

العامل الصحي : أين تذاكر بصراحة ؟

التلميذ : لدينا حجرتان فقط نعيش فيهما . وإحدى هاتين الحجرتين هي حجرة نوم مخصصة لوالدينا . وأما الحجرة الثانية فهي حجرة الجلوس والطعام ونوم الأطفال . ولهذا لا يمكنني التركيز في مذاكرتي إلا عندما يستغرق الصغار في النوم . بل إنني لا أحاول تقوية ضوء المصباح حتى لا يستيقظ إخوتي فيزعجوني .

العامل الصحي : أرى أن ظروفك قاسية ، فمما قلت أرى أن هناك كثيراً من الضغط عليك . وأدرك أن عليك تحمل تبعات أسرتك ، لكنني أعتقد أن هذا العمل الزائد والاضطلاع بكل تلك المسؤوليات والقراءة في ساعات متأخرة من الليل كلها عوامل أسهمت فيما اعتراك من الضعف ونوبات الصداع . فهل يبدو لك ذلك معقولاً ؟

التلميذ : أظن أنني لم أفكر أبداً في الأمر بهذه الطريقة من قبل ، والآن اتضحت الصورة أمامي . ومع هذا فإنني مضطرب البال . فكما قلت إن عليَّ أن أقوم بأداء الأعمال المنزلية . فكيف لي أن أحل هذه المشكلة ؟

العامل الصحي : أولاً ، ما الذي تريده ؟

التلميذ : إنني أرغب في اجتياز امتحانات هذا العام ، لذلك ربما أكون في حاجة إلى مزيد من الاستذكار .

العامل الصحي : لتكون قادراً على مزيد من الاستذكار لابد وأن تكون قوياً ومستريحاً .

التلميذ : هذا صحيح ، لذلك عليَّ أن أبحث عن سبيل يجعلني أحصل على المزيد من الراحة .

العامل الصحي : فلنفكر سوياً في توفير مزيد من الوقت لمذاكرتك . تقول أنك تعدّ وجبة العشاء وأنك تشتري حاجياتكم من السوق . ما الذي تفعله منذ تغادر المدرسة وحتى الوقت الذي يتعين عليك فيه أن تعد العشاء ؟

التلميذ : أذهب عادة إلى السوق بعد انقضاء الدراسة لشراء الأشياء البسيطة التي احتاجها لوجبة العَشاء . وهناك ألتقي ببعض أصدقائي ونتجاذب أطراف الحديث ونلعب ونسمر مدة من الوقت . وعندما أرى الشمس آخذة في الأفول أعود إلى البيت لأبدأ في إعداد الطعام .

العامل الصحي : اللعب ضروري للمحافظة على لياقتك البدنية ، لكن ألا ترى أنه في الامكان توفير بعض الوقت بعد الدراسة يومين في الأسبوع لتذاكر قليلاً ؟ فالقراءة في ضوء النهار أفضل لعينيك منها في ضوء المصباح الخافت .

التلميذ : هذا معقول . رغم أنني في الحقيقة أحب اللعب مع أصحابي .

العامل الصحي : أنا لا أقول انه لابد وأن تتوقف عن اللعب ، فاللعب يعينك على المحافظة على صحتك . لكن عليك أن تفكر فيما هو أكثر أهمية بالنسبة لك . ويبدو أنك قلق على واجباتك المدرسية . وعليك أن تقرر ماذا يمكن أن تضحي به من أجل دراستك . إنك الآن تضحي بصحتك .

التلميذ : انني لم أفكر على هذا النحو من قبل . ومع ذلك فأنت على حق ، إنني أقدر دراستي حق قدرها . ومالم أكن معافي وسليم الصحة فلن أُوَفّق . إنني استطيع البقاء في المدرسة ساعة إضافية حيث أقرأ دروسي على مقعدي بالفصل . وهناك لن يزعجني أحد ، بل ربما يكون المدرسون لا يزالون هناك ، فيجيبون عن ما يعنّ لي من أسئلة . وأصدقائي لن يفتقدوني إذا ما غبت عنهم ساعة واحدة ، وبعدها يمكن أن ألحق بهم . وأتمنى أن لا يضايقوني بسبب بقائي في المدرسة .

العامل الصحي : هل أصدقاؤك على عِلم بالمشكلات التي تواجهها في البيت ؟

التلميذ : نعم بالطبع فهم يمرون بالبيت في العطلات الأسبوعية ليحيوا أمي ويسألون عن صحتها . وأظن أنهم سوف يقدرون موقفي ولا يسخرون مني .

العامل الصحي : والآن ماذا عن العطلات الأسبوعية ؟ هل يمكنك أن تدبر أثناءها وقتاً للمذاكرة ؟

التلميذ : غالباً ما يضيع صباح يوم الجمعة في شراء حاجياتنا . وبعد ذلك لا يكون البيت هادئاً . فإخوتي الصغار يجرون داخلين وخارجين . وبعد ذلك يأتي الزائرون .

العامل الصحي : هل من الضروري أن تظل في البيت لتذاكر ؟

التلميذ : فهمت مقصدك . يمكن أن أرى إذا ما كان أحد الفصول الدراسية متاحاً ، أو أذهب إلى مزرعة والدي . فهناك سكون وهدوء دائماً . ويمكن أن آخذ معي بعض الوجبات الخفيفة ، وأجلس تحت الأشجار الكبيرة واستظل بها .

العامل الصحي : ما أعظم قدرتك على التفكير في كثير من الحلول . لقد كان المدرس على حق إذن فأنت تلميذ نجيب ، والآن يهمني أن أعلم شيئاً عن اشقائك الصغار . كم تبلغ أعمارهم ؟

التلميذ : من يليني عمره ثلاثة عشر عاماً ، وبعده توأمان عمرهما تسعة أعوام .

العامل الصحي : هل شقيقك ذو الثلاثة عشر عاماً متفوق أيضاً ؟

التلميذ : إنه يحاول بذل أقصى جهده ، وكانت درجاته مرتفعة مثل درجاتي ، ويمكنه أن يكون أحسن من ذلك .

العامل الصحي : كم كان عمرك عندما بدأت آلام الظهر عند أمك ؟

التلميذ : حوالي أربعة عشر عاماً .

العامل الصحي : وهل كان عليك أن تقوم بشراء احتياجاتكم منذ ذلك العمر ؟

التلميذ : نعم .

العامل الصحي : كنت أفكر فيما لو كان أخوك تلميذاً نجيباً مثلك ، وحيث أنه يقترب من سن الرابعة عشرة ، فلماذا لا يبدأ في تحمل مزيد من مسؤوليات البيت ؟ ما رأيك في هذا ؟

التلميذ : كنت اعتبره دائماً صغيراً جداً . ولكن بما أنني كنت أستطيع شراء الحاجيات وأنا في مثل عمره فانني متأكد من أنه قادر مثلي على ذلك . ربما نستطيع أن نتناوب أعمال الطهو وغيرها من الأعمال . وبهذا يتوفر لي مزيد من الراحة ومزيد من الاستذكار .

العامل الصحي : مع كل ما أوردت من أفكار ، فإني على يقين أنك لن تصادف صعوبات في دراستك . ولكن أرجو أن لا تتردد في زيارتي إذا كان لديك أو لدى أي من أفراد أسرتك أي مشكلة . والآن قبل أن تتركني أرجو أن تذكّرني بالتصرفات التي ستقوم بها لحل مشكلاتك . فإن ذلك سيعيننا على التأكد من أننا لم نُغفِل أي شيء ومن أننا راضون عما توصلنا إليه من قرارات .

التلميذ : أولاً ، إني في حاجة إلى مزيد من الراحة وإلى توفير وقت أطول للمذاكرة . سأظل قرابة الساعة في المدرسة بعد الدراسة كي أتمكن من الاستذكار في ضوء النهار . كذلك سوف أذهب في العطلات الأسبوعية إلى المزرعة للمذاكرة . وفي البيت سأتناوب العمل مع شقيقي في الطهو وغيره من الأعمال المنزلية .

العامل الصحي : أشكرك . هذا حسن . والآن بلغ تحياتي لوالديك .

التلميذ : سأفعل . أشكرك على مشورتك وتوجيهك ، وإلى اللقاء .

في هذا المثال لم يزعم العامل الصحي أنه فهم مشكلة التلميذ إلا بعد أن حصل على المعلومات الكافية . وهو لم يُكره الصبي على إتباع نصيحته . بل إنه ظل يشجعه على تدبر مشكلته وعلى أن يتخذ قراراته بنفسه . وكان يطرح الأسئلة التي تُعين الصبي على أن يفكر بعناية وجدية في أسباب مشكلته .

وعندما اكتشف العامل الصحي أن الصبي لا يرغب في التخلي عن وقت اللعب طلب منه أن يتفحص قيمه . وساعده على معرفة الأشياء الهامة لديه وقام بتوجيهه نحو الاختيار بين البدائل . ثمّ توصل الاثنان إلى حل وسط يمكّن الصبي من القيام بمزيد من واجبات الدراسة من دون أن يتخلى عن اللعب مع رفاقه .

المزيد من التمرين على عملية التشاور

التشاور شأنه شأن أي مهارة أخرى يتحسن بالتمرين والممارسة . اجمع بعض العاملين الصحيين والعاملين فى تنمية المجتمع واشتركوا معاً في تمثيلية (انظر الصفحات ١٧٨ – ١٨٥ للحصول على مزيد من التفاصيل عن التمثيليات) . وليضطلع أحدكم بدور المشاور ، ويقوم الآخر بدور الأم التي يشكو طفلها من التهاب الأذن . وأما من بقي من العاملين فيقومون بدور جمهور المشاهدين ، وعلى عاتقهم تقع وظيفة هامة هي أن يهتموا بمشاهدة التمثيلية ، وعند الانتهاء منها عليهم أن يقدموا اقتراحاتهم لتحسين مهارات التشاور .

إقتراحات لمن يقوم بدور الأم

عليك أن تتصرفي نفس التصرف الذي تقوم به الأم العادية في مجتمعها . ما الذي تعتقده الأم سبباً للمرض ؟ ماهي الوصفات « البلدية » التي ربما تكون قد استخدمتها قبل ذهابها إلى العيادة ؟ ربما يكون المشاور مهتماً بالأحوال المعيشية لعائلة الأم وأعمالها . اختلقي قصة عن نفسك حتى تستطيعي أن تجيبي على المشاور بإجابات واقعية . لقد رأيت بنفسك الأمهات يترددن على العيادة كثيراً . أحياناً ما تكون هؤلاء الأمهات قلقات خائفات . فتصرّفي بنفس الطريقة التي تتصرف بها الأمهات اللاتي رأيتهن . فهذا من شأنه أن يحسن أداء التمثيلية .

إقتراحات لمن يقوم بدور المشاور

تذكر خطوات التشاور . فكر في الأدوات التثقيفية التي يمكنك إستخدامها . هل يمكنك أن تقدم عرضا إيضاحيا لمهارة يلزم للأم أن تتعلمها ؟ هل يمكنك الاستعانة بملصقات ومعلقات وصور ؟ ربما لا يكون لديك شيء من ذلك .. يمكنك في التمثيلية أن تفترض أنها لديك . هل في مقدورك أن تأتي بقصة أو بأسطورة أو بمثل شعبي ؟ هل يتطلب الأمر أن تساعد الأم على الحصول على مساندة من أفراد العائلة ؟

لا تتعجل أثناء التشاور

فمن الطبيعي أن يسير التشاور بخطى وئيدة في البداية . وبعد قيامك بكثير من التمرينات وممارسة التشاور بصورة واقعية ، فإن مهاراتك سوف تُصقل . وسوف تكون أقدر على تفهم المشكلات بطريقة أسرع وانتقاء الأدوات التثقيفية بطريقة أسهل .

ولمزيد من التمرين استخدم حالة أم التوأمين كأساس لتمثيلية (أنظر الصفحة ١٠١) . ويمكن أن يقوم الناس الذين جمعتهم بدور العاملة الصحية والأم وشقيق الزوج وغيرهم من الأقارب . ويجب أيضا أن تؤلف تمثيلياتك من واقع المشكلات الصحية التي مرت بك في العيادة أو في المدرسة أو في المجتمع . وادع دوماً نفراً من الناس لمشاهدة التمثيلية كي يقدموا اقتراحاتهم في نهايتها بغرض تحسينها .

وأياً كان الموقف تذكر أن التشاور ينطوي على مراحل أربع :

١ - مساعدة المستشير على أن يحدد المشكلة .

٢ - مساعدة المستشير على أن يعرف لماذا هي مشكلة .

٣ - تشجيع المستشير على أن يفكر في عدة حلول ممكنة للمشكلة .

٤ - جعل المستشير يختار أنسب الحلول .

التثقيف الصحي للجماعات

إن العمل مع الجماعات نشاط أساسي من أنشطة التثقيف الصحي . فعندما يجتمع الناس بعضهم مع بعض للتعرف على مشكلة ما ، وتعريفها وإيجاد حل لها ، يتوافر لهم قدر من الموارد أكبر مما يتاح في العمل الفردي . وما لا يستطيع عدة أشخاص فرادى أن يفعلوه بأنفسهم ، تستطيع الجماعة أن تفعله . فالجماعات تؤازر أفرادها في ممارسة السلوك الصحي . كما أنها تُمكّن الناس من أن يتعلموا بعضهم من بعض .

ويتناول هذا الفصل أولا مايلي :

- ماهي الجماعة (الصفحة ١٢٢).
- الجماعات الرسمية والتجمعات غير الرسمية (الصفحات ١٢٣ – ١٢٥)
- سلوك الناس في الجماعات الرسمية (الصفحات ١٢٥ – ١٢٨) .

ثم بعد مناقشة القيمة التي ينطوي عليها تثقيف الجماعة (الصفحة ١٢٨) ، تعالج بشيء من التفصيل طرق التثقيف الصحي فيما يتعلق بالجماعات التالية :

- الجماعات أو التجمعات غير الرسمية (الصفحات ١٢٩ – ١٤٠) .
- الجماعات أو الجمعيات الرسمية (الصفحات ١٤١ – ١٤٤) .
- جماعات المناقشة (الصفحات ١٤٥ – ١٤٨)
- جماعات المساعدة الذاتية (الصفحات ١٤٩ – ١٥٢)
- الفصل (الصف) المدرسي (الصفحات ١٥٢ – ١٥٨) .
- التثقيف الصحي في موقع العمل (الصفحات ١٥٨ – ١٦٣) .
- العروض الإيضاحية (الصفحات ١٦٤ – ١٦٨) .
- دراسات الحالات (الصفحات ١٦٨ – ١٧٣) .
- التمثيليـــات (الصفحات ١٧٣ – ١٧٩) .

- جلسة تدريب جماعي (الصفحتان ١٨٠ - ١٨٢) .
- الفريق الصحي (الصفحات ١٨٣ - ١٨٦) .
- إدارة الاجتماعات (الصفحات ١٨٦ - ١٩٤) .

لكل جماعة من هذه الجماعات شخصية قائمة بذاتها . ولكل منها إمكاناته المختلفة للعمل . ولابد للعمل بفعالية مع أي جماعة من إستخدام أنسب الطرائق لتلك الجماعة .

مـاهي الجمـــاعة ؟

تمشياً مع غرض هذا الكتاب تُعَرّف الجماعة بأنها تجمعّ من شخصين أو أكثر من الناس الذين لهم مصلحة مشتركة . وإليك أمثلة لجماعات توجد عادة في المجتمع :

- الأســـرة .
- مجلس القرية .
- العاملون في مصنع أو مشروع تجاري واحد أو مؤسسة واحدة .
- مجموعة التلاميذ في فصل مدرسي .
- جمعية تعاونية زراعية .
- الحاضرون معاً لأي إحتفال ديني .
- الجمعيات النسائية .
- نوادي الشباب .
- جمعية أو نقابة للحرفيين .
- أصدقاء مجتمعون معا للاستجمام والترويح .
- أناس يستقلون حافلة معا .
- جماعات المرضى في العيادة .

الجماعات الرسمية والتجمعات غير الرسمية

هناك نوعان رئيسيان للجماعات : جماعات جيدة التنظيم إلى درجة كبيرة ، مثل الجمعية التعاونية الزراعية ، وهي في العادة جماعات رسمية . وجماعات ليست منظمة مثل تجمع الناس في السوق فى يوم معين ، وهي تجمعات غير رسمية .

وفيما يلي بعض خصائص الجماعات الرسمية :

- الجماعة الرسمية يكون لها هدف أو غرض يعرفه كل أفرادها ويوافقون عليه ويحاولون تحقيقه عن طريق عملهم معا مع الآخرين .
- تؤسس الجماعة الرسمية على فكرة العضوية التي تضم كل أفراد الجماعة بحيث يمكنهم معرفة من ينتمي إليهم ومن لاينتمي .
- للجماعة الرسمية قادة معترف بهم (والقادة أعضاء في الجماعة يضطلعون بمسؤوليات خاصة تتصل بتوجيه الجماعة نحو تحقيق أهدافها) .
- للجماعة نشاطات منظمة مثل الاجتماعات المنتظمة والمشروعات .
- للجماعة قواعد يوافق الأعضاء على إتباعها .
- وتهتم الجماعة بمصالح أعضائها .

أما أفراد التجمعات غير الرسمية فإنهم يشتركون في بعض السمات ولكن ليس لهم هدف خاص يحاولون تحقيقه متضافرين ، ومن أمثلة ذلك أن معظم المترددين على عيادة الأطفال دون سن المدرسة أمهات (مع أطفالهن) : فالسمات المشتركة لهذه الجماعة هي أن كل أعضائها أمهات وأن كل أم منهن مهتمة بطفلها . وبالطبع عندما تلتقي هذه الجماعة في العيادة ، قد تشرع في تحقيق مهمة معينة ، وربما تكون هذه المهمة مبنية على اقتراح من العامل الصحي .

وفيما يلي بعض خصائص التجمعات غير الرسمية :

- تتجرد هذه الجماعة من صفة العضوية والإحساس بالانتماء .
- الناس يغدون ويروحون إليها كما يشاءون .

- بينما قد يوجد في التجمعات غير الرسمية أشخاص لهم أهمية في المجتمع ، فلا يوجد لها قائد خاص بها . وقد تأتي القيادة في الواقع من خارج الجماعة . فالممرضة مثلا ، قد تتولى قيادة تجمع من المرضى .
- ليس للجماعة غير الرسمية عادة نشاط خاص يخططه الناس بأنفسهم ، كأولئك الذين يحضرون مثلا لمشاهدة مباراة لكرة القدم ، إذ يتصادف وجود الناس في ذات المكان وذات الزمان .
- لاتطبق في هذه التجمعات قواعد خاصة .
- عادة ما يكون كل شخص مهتما بمصلحته أكثر من اهتمامه بشؤون غيره من أعضاء الجماعة .

غـرض الجمـاعات الرسميـة

تحقق الجماعات الرسمية غرضين رئيسّيين :

الحاجـة لانجـاز مهمـة

في معظم الجماعات يعمل الناس مجتمعين من أجل التخطيط للمشروعات وتنظيم الأنشطة وحل المشكلات . فقد تعمل الجمعية التعاونية الزراعية على شراء أدوات زراعية جديدة . وقد يخطط النادي الإجتماعي لإقامة حفل في العطلة الرسمية التالية . ويؤثر الناس- العمل في جماعات لأن المهام يمكن إنجازها بطريقة أيسر عندما يتضافر فيها أشخاص عديدون .

الحاجة إلى الانتماء

تحدو بني البشر الرغبة في الشعور بأن الآخرين يحبونهم ويقبلونهم . كما أن الناس في حاجة إلى احترام الآخرين لهم . وأحد الأسباب التي تجعل الناس يجتمعون في جماعات هو إكتساب الشعور بأنهم محبوبون ، ومقبولون ومحترمون من قبل الآخرين .

وتنجح الجماعة عندما تتمكن من الوفاء بهاتين الحاجتين لأعضائها . فإن أخفقت جماعة على الدوام في حل مشكلة أو في تخطيط برنامج فإن أعضاءها يفقدون الاهتمام بها

ويهجرونها . وإن لم يكن أفراد الجماعة على ودٍ وألفة أو دبّ بينهم النزاع أو لم يراعوا مصالح غيرهم من الأعضاء فسوف يضمحل الشعور بالانتماء . والجماعة الناجحة تجعل الناس يشعرون بأنهم موضع الترحاب ، وتساعدهم على إنجاز المهام بطريقة تعاونية .

أذكر ماتيسر لك تذكّره من الجماعات الرسمية الموجودة في مجتمعك . هل تعرف غرض كل من هذه الجماعات أو هدفها ؟ من هم القادة ؟ ما الذي على الفرد أن يفعله وماهي الصفة التي يجب أن تتوافر فيه كي يصبح عضواً فيها ؟ هل يمكنك أن تميز بين من هو عضو فيها ومن ليس عضواً ؟ أذكر بعض الأنشطة المنظمة لهذه الجماعات . هل تعرف بعض القواعد التي تضعها هذه الجماعات لأعضائها ؟

أذكر بعض الجماعات أو التجمعات غير الرسمية الموجودة في مجتمعك ؟ ماهي السمات العامة التي يشترك فيها الناس في هذه الجماعات ؟ هل هناك مصالح مشتركة يمكن أن تشكل أساساً لأي برنامج تثقيفي ؟

السلوك داخل الجماعات الرسمية

إن سلوك كل أفراد الجماعة هو الذي يؤدي إلى نجاحها أو إلى فشلها . ولننظر في مثلين مختلفين إختلافاً بيناً لسلوك الجماعة ونحلل كلاً منهما .

سلوكيات المشاكل

لنتأمل هذا المثال :

تكونت « اللجنة الاتحادية الصحية » منذ سنتين . وكان اعتقاد أعضائها عند نشأتها أنهم إذا عملوا معاً فسوف يمكنهم تحديد المشاكل الصحية الرئيسية في المجتمع المحلي وحلها . فوضعوا الأولويات الهامة التالية للعام :

- زيادة الحضور إلى عيادات الأطفال دون سن المدرسة .
- مضاعفة عدد الأطفال الذين يطعّمون .
- التأكد من أن جميع الأمهات لديهن لوحات « طريق الصحة » من أجل أطفالهن دون سن المدرسة .

ولم تستطع اللجنة تحقيق أي مرمى من هذه الأولويات حتى الآن .

في أحد الاجتماعات قالت رائدة الجماعة « في آخر اجتماع لنا لم يحضر إلا نصف الأعضاء . ولا يمكن لنا أن نتوقع تحقيق أي شيء مالم يهتم الأعضاء بحضور اجتماعاتنا . واليوم علينا أن نتخذ قرارا بشأن السبيل إلى زيادة الحضور إلى العيادة . فلا يمكننا أن نأمل في زيادة عدد الأطفال الذين يشملهم التطعيم إذا لم تذهب الأمهات إلى العيادات » .

وقالت إحدى الأعضاء « أعتقد أن علينا أن نستعير سيارة بها مكبر للصوت لإعلام الأمهات بالعيادات » .

وردت عضو أخرى « هذه فكرة سخيفة . فأنت تعلمين أن علينا أن نذهب إلى المقر الرئيسي لطلب السيارة ، وتكاليف الانتقال إلى هناك باهظة .

وعندئذ إلتزمت العضو الأولى الصمت وقررت عدم الكلام . فلقد أحست بالإهانة لأنها وُصِفت بالسُخف على مسمع من جميع أفراد الجماعة . ولم تقدم أية إقتراحات أخرى طوال الاجتماع .

وسألت الرائدة عما إذا كان لدى أي عضو فكرة أخرى . فتقدمت عضو ثالثة باقتراح قائلة : « فلنقم بزيارات منزلية ، المنزل تلو الآخر ، ونحث الأمهات على الذهاب إلى العيادات » .

وردت العضو الثانية مرة أخرى « إن هذا من شأنه أن يستغرق وقتا طويلا ، وانت تعلمين أننا جميعا منشغلات في أعمالنا . ولقد اضطررت إلى ترك عملي لأحضر هذا الاجتماع ، فلا تضيعين وقتنا في الاستماع إلى أفكار سخيفة .

فغضبت العضو الثالثة وقالت للعضو الثانية « إنك دائماً تنتقدين أفكار الآخرين . فلماذا لاتقترحين أنت أفكاراً أحسن ؟ » وبدأت الاثنتان تتجادلان وبعد مرور ربع الساعة حاولت الرائدة تهدئتهما . وأخيراً وقفت العضو الثالثة وبعض صاحباتها وغادرن الاجتماع .

إن سلوك أعضاء هذه الجماعة يسبب لها الإخفاق . فالعضو الثانية كثيرة الكلام ودائبة النقد . ولا تضيف أفكاراً نافعة . وتُشعر الآخريات بالمهانة . وأما العضو الأولى فقد أصيبت بالإحباط ، وهي عندما تلتزم الصمت لاتستطيع الإسهام في حل المشكلة . وأما العضو الثالثة فهي سريعة الغضب ، بدلاً من أن تواجه مشكلات الجماعة فإنها تهرب منها . والأعضاء الأخريات لايبدين أي اهتمام ، وكثيرات من العضوات لايحضرن الاجتماع . ورائدة الجماعة تَدع الأعضاء يتمادين في الجدال قبل محاولة إتخاذ أي إجراء . وبدلاً من أن تحث العضوات تصفية خلافاتهن على الفور فإنها تدعهن يتنازعن .

السـلوك الإيجـابي

لننظر الآن كيف يتصرف الناس في « لجنة التقدم الصحي » .

واجه المجتمع المحلي مشكلة صحمة في العام الماضي عندما نضبت البئر الرئيسية ثلاثة أشهر . واللجنة مجتمعة الآن للوصول إلى حل دائم لمشكلة الماء . ويبدأ الرئيس الاجتماع بقوله « يسرني أن أرى أن كثيرين منكم استطاعوا الحضور ولم يتأخر أحد عن الموعد المحدد . وسنستطيع انجاز أعمال كثيرة اليوم . انني لا أرى العضو (د) ، فهل يعرف أحد أين هو ؟ » .

يقول العضو (هـ) « إن زوجته مريضة ، وقد صحبها إلى العيادة » . فيقترح العضو (و) أن يذهب الجميع إلى بيته بعد الاجتماع للاطمئنان على حال زوجته ، ويوافق الجميع على ذلك .

ثم يذكّر الرئيس الجماعة بمشكلتهم . ويطلب من الأعضاء تقديم مقترحاتهم لتحسين مورد الماء . فيقترح العضو (ز) حفر بئر كبيرة لكل الناس .

ويرد العضو (ح) قائلاً « نشكرك على هذا الاقتراح . يمكن للبئر أن تسعفنا إذا كانت تكاليفها في مقدورنا . فما رأي أمين الصندوق ؟ »

ويعقب أمين الصندوق قائلاً « إن رصيدنا المالي ضئيل الآن . وليتني أعرف من أين آتي بالمال . ربما يكون لدى العضو (ط) فكرة إذ أنها كانت منذ وقت قريب في زيارة لعمها الذي أنجزت قريته من توها إنشاء بئر عميقة جديدة .

وترد العضو (ط) قائلة « لقد علم عمي من المسؤولين عن تنمية المجتمع في قريته بوجود برنامج خاص لتقديم القروض للمجتمعات المحلية لمشروعات الجهود الذاتية ، وربما نستطيع نحن أيضا ، الحصول على قرض » .

ويقول العضو (هـ) « هذه فكرة طيبة ، وسوف أتطوع بزيارة المسؤول عن تنمية المجتمع لأرى ما إذا كانت لديه معلومات عن هذه القروض » .

ماهي السلوكيات الحميدة التي لاحظتها في هذه الجماعة ؟ فكر أولاً ثم أنظر في : (أ) ما إذا كنت توافق على السلوكيات الطيبة المذكورة في القائمة التالية ، (ب) ما إذا كانت لديك فكرة عن سلوكيات أخرى تضيفها :

أمثلة للسلوك الطيب :

- إبداء الاقتراحات .
- تشجيع كل فرد على التحدث .
- الإجابة المهذبة على اقتراحات الآخرين .

- العمل على توضيح الأفكار .
- إعطاء المعلومات .
- أن يبدي كل فرد اهتمامه بالآخرين .
- التطوع لأداء العمل .
- حضور الاجتماعات بانتظام وفي الموعد المحدد .
- أن يقدم كل فرد الشكر للآخرين على ما أبدوه من اقتراحات .

الصراع داخل الجماعات

إن الخلافات بين الناس أمر طبيعي عندما يجتمعون في جماعات . وفي كلتا اللجنتين ، اللجنة الاتحادية الصحية ولجنة التقدم الصحي كان هناك صراع أو آراء متضاربة حول حلول مشكلاتهم . وفي اللجنة الأولى استسلم بعض الناس من دون مناقشة آرائهم على الوجه الأكمل . وتنازع بعضهم . وهروب البعض الآخر . ومثل هذا السلوك لايجدي في حل المشكلات .

أما في اللجنة الثانية فقد ناقش الأعضاء المشكلة . وأدلى كل عضو بدلوه في الحديث . والتزم الأعضاء الهدوء . وكانوا يشجعون بعضهم البعض على المشاركة في الآراء . وفي النهاية تمخضت المناقشات عن العديد من الأفكار المفيدة ، وحُلت المشكلة مبدئياً .

وفي نهاية هذا الفصل قسم عن عقد الاجتماعات يحتوي على المزيد عن سلوك الجماعة ، بما في ذلك كيف تتخذ الجماعات قراراتها (الصفحة ١٩١) . فالطريقة التي تحاول بها الجماعة التوصل إلى القرارات من شأنها إما أن تحل الصراع وإما أن تزيده حدة وتأزماً .

أهمية تثقيف الجماعات

إن استخدام الأسلوب الجماعي في تثقيف الناس له العديد من الميزات . فهو أولاً يوفر الدعم والتشجيع . فالمحافظة على السلوك الصحي ليست بالأمر السهل دائماً . وفي

داخل الجماعة يمكن أن يجد الفرد الدعم والتشجيع اللازمين لتعزيز السلوك الصحي والمحافظة على العادات الصحية.

ثانياً ، إن الأسلوب الجماعي يسمح بتبادل الخبرات والمهارات . فالناس يتعلم بعضهم من بعض . وقد يجرب العضو فكرة جديدة ويجدها ناجحة . وعن طريق هذه الخبرة يكتسب المهارات التي بإمكانه أن يعلّمها لغيره من أعضاء الجماعة .

وأخيراً فإن العمل في جماعة يُمكّن الناس من تجميع إمكانيات جميع الأعضاء . فقد لايكون لدى العائلة الواحدة المال الكافي لحفر بئر ، ولكن تستطيع مجموعة من العائلات الإسهام بالمال اللازم لهذا الغرض . ويستطيع أعضاء الجماعة تقديم المال ، أو العمالة ، أو المواد إلى الأعضاء عندما تلم بهم أو بعائلاتهم ضائقة أو أزمة ، أو تعزيز صحة المجتمع بتنفيذ بعض المشروعات مثل تحسين صحة البيئة .

والخلاصة أنه لما كانت بعض المشكلات يصعب على الأفراد حلها فرادى فإن استخدام الأسلوب الجماعي في التثقيف الصحي أمر من الأهمية بمكان .

والآن نتناول الخطوات التي يلزم إتخاذها حتى يمكننا التخطيط لبعض الأنشطة في داخل الجماعات .

تثقيف الجماعات غير الرسمية

إن أوّل مانفعله عندما نتعامل مع جماعة غير رسمية هو معرفة الاهتمامات المشتركة بين أفراد هذه الجماعة واحتياجاتهم . فالنساء اللائي يذهبن إلى الأسواق ، مثلاً ، ينصبّ إهتمامهن على جودة الأطعمة واعتدال أسعارها . ولابد أن يقوم التثقيف الصحي للجماعات غير الرسمية على أساس الاهتمامات المشتركة أياً كانت هذه الاهتمامات . ومن بين الموضوعات التي تناسب اهتمامات النسوة المترددات على الأسواق مثلا « إعداد وجبات مغذية رخيصة الثمن » .

وحيث إنك غالباً لاتعرف من هم الذين ينتمون إلى الجماعات غير الرسمية ، فيمكنك معرفة احتياجاتهم بوسائل غير مباشرة مثل سجلات العيادات . وهذا ماحدث بالفعل في عينة من البرامج سوف نتناولها بالشرح .

والأمر الثاني في تثقيف الجماعات غير الرسمية هو أن أعضاءها ربما لا يعرفون بعضهم البعض معرفة جيدة . فعليك إذن أن توطد العلاقات بينهم وتحثهم على المشاركة . حاول أن تجعل الأفراد يشعرون بالترحاب في داخل الجماعة . ووضح لهم مجالات اهتماماتهم واحتياجاتهم المشتركة .



تقوم هذه العاملة الصحية بالتثقيف الصحي لتجمع غير رسمي للنساء المترددات على العيادة . ويمكنها أن تستعين بمجموعة متنوعة من الطرائق والمعينات التثقيفية . ومن هذه الأساليب : الملصقات والعروض الإيضاحية وسرد القصص والأمثال وغيرها .

نموذج لبرنامج تثقيفي صحي

فيما يلي نموذج لأحد البرامج التثقيفية المعدة للأمهات المترددات على عيادة الأطفال دون سن المدرسة . على الجانب الأيمن من الصفحة توجد أنشطة وتعليقات العاملة الصحية التي تقدم البرنامج . وعلى الجانب الأيسر توجد أسباب أو دواعي تلك الأنشطة . والمفترض في هذا البرنامج أن تكون العاملة الصحية قد أعدت كل المواد التي سوف تستخدمها إعداداً مسبقاً وبصورة جيدة .

نموذج لبرنامج تثقيفي صحي
مُعد للأمهات المترددات على عيادة الأطفال دون سن المدرسة

الموضوع : معالجة الاسهال في المنزل .	ينبغي أن يكون الموضوع متصلاً باهتمامات واحتياجات الجماعة المستهدفة . ولعله يتبين من سجلات العيادة أن الإسهال يمثل مشكلة صحية شائعة . إن الموضوع سهل ، وهذا يجعل عملية التعليم سهلة أيضاً .
الوقت : في وقت مبكر قبل أن تبدأ العاملات الصحيات مقابلة المرضى .	ذلك هو الوقت الذي يكون فيه متيقظين متحفزين . وتقل فيه مصادر الإزعاج . ويكثر فيه عدد الأمهات الحاضرات .
المدة : مخطط للبرنامج أن يستغرق من ٢٠-٣٠ دقيقة .	الوقت قصير وذلك لتجنب الإحساس بالملل . فإن استمر البرنامج مدة أطول مما ينبغي فإن القلق سينتاب المرضى خوفاً من فوات دورهم في مقابلة العاملة الصحية .
الأسلوب : متنوع	إن استخدام خليط من الطرائق التثقيفية مثل رواية القصص والعرض الإيضاحي يزيد البرنامج تشويقاً . ويمكنك أيضاً تكرار الأفكار ذاتها بطرق مختلفة . فهذا يضمن فهم الناس للأفكار وتذكرهم لها .

ملاحظات إستهلالية للعاملة الصحية « صباح الخير . أرجو أن تكون العائلات جميعاً بخير »	إن الملاحظات الاستهلالية توطد العلاقات وتخلق جواً من الود . فمتى أحس الناس بالترحاب أصبحوا أكثر استعداداً للمشاركة وتبادل الأفكار فيما بينهم .
استخدام ملصق « اليوم نود أن نناقش مشكلة صحية يعاني منها كثير من الأطفال » تعرض العاملة الصحية أحد الملصقات أو الصور لطفلة مصابة باسهال مائي .	إن استخدام ملصق بسيط يحتوي على فكرة واحدة يساعد على إيضاح نقاط الموضوع .
« ما الذي يحدث في هذه الصورة ؟ »	إن توجيه الأسئلة يحث الناس على المشاركة ويجعلهم يفكرون .
قد تقول الأمهات : ● الطفلة التي في الصورة مريضة . ● إنها تتبرز . ● إنها مصابة بالإسهال .	ستعرف من ردود الأمهات ما إذا كان الملصق قد أحسن توصيل الفكرة .
« شكراً لكُن على هذه التعليقات . نعم إن الطفلة مريضة ومصابة بالإسهال » .	إن الثناء على الأفكار المقدمة من الجماعة يشجع الناس على مواصلة المشاركة والتعلم .
« إن مانعنيه بكلمة « إسهال » هو أن الطفل يتبرز ثلاث مرات أو أكثر في اليوم برازاً مائياً . هل هذا هو ما يعنيه الإسهال عندكن ؟ » وترد الأمهات مع الشرح .	تأكدي من وضوح عملية توصيل الأفكار ، وإن كل أم تفهم المقصود بكلمة إسهال . خذي في الحسبان الثقافة المحلية ، في توصيل الأفكار .
« هل أصيب أي طفل من أطفالكن بالإسهال من قبل ؟ » تومئ أمهات كثيرات برؤوسهن ويرفعن أيديهن .	تأكدي من أن الموضوع يتصل باحتياجات الجماعة واهتماماتها . أوجدي رابطة مشتركة من الاهتمامات بين أعضاء الجماعة .
« أجل ، كلنا صادفتنا هذه المشكلة . واليوم سنعمل معاً على الوصول إلى طريقة يعالج بها الإسهال عندما يحدث لأطفالنا » .	تعريفهن بانهن يشاركن في حل مشكلاتهن الخاصة .

« هل تعرف أي منكن ما يمكن أن تفعله الأم حين يصاب طفلها بالإسهال ؟ »

قد تأتي اقتراحات الأمهات عى هذا النحو :

- نحضر الطفل إلى العيادة .
- نعطي الطفل مشروبات مستحضرة من الأعشاب .
- نوفر الراحة للطفل .
- نستدعي جدته للمساعدة .

اجمعي معلومات عن معارف الأمهات ومعتقداتهن وخبراتهن .

ابحثي عن الحلول الممكنة للمشكلة .

وشجعي على المشاركة في فهم المشكلة .

« شكراً لكُن على هذه الأفكار . صحيح إن الأطفال المصابين بالإسهال يحتاجون إلى تناول المشروبات . ويحتاجون أيضاً إلى الغذاء والراحة . وما لم يتوقف المرض بسرعة فيلزم أن تأتين بهم إلى العيادة : فلنذكر هذه الأفكار ولنعد إليها بعد لحظات » .

الاستفادة من أفكار الجماعة وبالتالي إشراكهن في حل مشكلاتهن يدل على أنك تحترمين آراء الناس وتقدرينها حق قدرها .

استخدام قصة

« والآن أود أن أحكي لكُن قصة امرأتين أعرفهما لهما طفلتان مصابتان بالاسهال :

فالسيدة « سعدية » والسيدة « نوال » جارتان . وتعمل الأولى خياطة بينما تعمل الثانية بائعة أغذية . وطفلة السيدة سعدية واسمها « ريم » تلعب دائماً مع إبنة السيدة نوال التي تدعى « ابتسام » . »

إن القصة أداة تثقيفية بسيطة تثير اهتمام الناس وتجعلهم يفكرون . تذكري أن لا تستخدمي أسماء حقيقية . ومن المستحسن استخدام عدة أدوات . وحتى الآن استخدمنا الملصقات والقصص . ولابد أن تكون الأدوات التثقيفية :

- مألوفة لدى الناس .
- سهلة الصنع أو الحصول عليها .
- تشجع على المشاركة .

« وفي الأسبوع الماضي عندما كانت الطفلتان تلعبان التقطتا بعض الفاكهة من الأرض وأكلتاها على الفور . وسُرعان ما أصيبتا بالإسهال . وعندما رأت السيدة سعدية أن طفلتها تخرج برازاً مائياً انتابها القلق . وقالت « إن ابنتي تفقد الكثير من الماء في برازها . ويحسُن بي أن أعطيها أشياء تشربها وتأكلها حتى تعوض ما فقدته » . »

« لذلك أعطت السيدة سعدية لابنتها ريم عصير فواكه وحساءً ، وماءً نقياً ، وغير

يلزم ذكر أسماء المشروبات والأطعمة المتوافرة محلياً ومن الأمثلة الأخرى لتلك

ذلك من المشروبات ، وأطعمة وأغذية لينة مثل العصيدة والموز . وسرعان ما خفت حدة الإسهال . »	المشروبات ماء الأرز وماء جوز الهند . كذلك يمكن تناول الأناناس والموالح (الحمضيات) .
وفي اليوم التالي أخذت السيدة سعدية طفلتها ريم إلى العيادة . وقامت العاملة الصحية بتوقيع الكشف عليها . وقالت لأمها إن صحة ريم قد تحسنت الآن ، وأنها لابد أن تواصل شرب العصير كما كانت تفعل من قبل . وإن عاودها الإسهال فعليها أن ترجع إلى العيادة » .	ينبغي الثناء على السلوك الصحي والتشجيع على اتباعه .
« وأثناء خروج السيدة سعدية من العيادة رأت السيدة نوال تحمل ابنتها على ذراعيها . فأسرعت إليها تعرض مساعدتها وسألتها عما حدث . فقالت السيدة نوال « بالأمس بدأت ابتسام تتبرز كثيراً . وأردت أن أفعل شيئاً من أجلها لكن كبار السن في البيت قالوا لي دعيها وشأنها . وقالوا إنه طالما إن الطفلة تتبرز كثيراً فعليَّ ألا أتخمها بالكثير من الطعام والشراب . وفعلت ما قالوه لي ، إلا أن الإسهال لم يتوقف . والآن انظري هاهي « ابتسام » يبدو عليها الجفاف والضعف » . »	
« كانت « ابتسام » يبدو عليها فعلاً الجفاف والهزال حتى أنها لم تعد تقوى على بلع الطعام . واضطرت العاملة الصحية أن تستخدم إبرة لتدخل نوعاً معيناً من السوائل في عروق ابتسام . » (وفي هذه اللحظة أمسكت العاملة الصحية التي تحكي القصة بنموذج للمحقنة المستعملة حتى تراها الأمهات) . « ومكثت ابتسام في العيادة مدة يومين . ونحمد الله على أن كلاً من ريم وابتسام في صحة جيدة الآن وعادتا للعب معاً من جديد » .	لتوضيح فكرة حقن السوائل يلزم استخدام أسلوب العرض الإيضاحي . أكدي أن الحاجة ما كانت تدعو إليه لو أن الأم اتخذت اجراءات الاسعاف بالسوائل المتاحة في المنزل .

مناقشة القصة

« لنناقش هذه القصة . فماذا يمكن أن نتعلم منها ؟ » .	مناقشة القصة تساعد الناس على إمعان الفِكر فيما استمعوا إليه ، وتوضح لهم مغزى القصة .
قد تقول الامهات : ● إن الأطفال المصابين بالإسهال محتاجون إلى الماء . ● يلزمنا الإسراع في نجدة أطفالنا . ● يجب أن لا يأكل الأطفال الثمار التي تكون قد سقطت على الأرض .	سيزيد تقدير الناس إذا أمكنهم رؤية مرمى من مرامي القصة بأنفسهم . وحينئذ تزيد أهمية الأفكار المطروحة للمناقشة .
« لماذا أصيبت ابتسام بالجفاف والضعف الشديدين ؟ » « ما الذي يلزم ن تفعله السيدة نوال إذا أصيبت ابتسام بالإسهال مرة أخرى ؟ » « كيف تشرح السيدة نوال هذه الأمور لكبار السن في بيتها ؟ »	يمكن طرح أسئلة أخرى على الأمهات لحثهن على التفكير . أعطي الفرصة لأكبر عدد ممكن للإجابة بعد كل سؤال .
« وهكذا تعلمنا من هذه القصة أن الطفل الذي تكثر مرات برازه يفقد ماء كثيراً . ولابد أن تسعفه بتعويض هذا الماء . أتكن تعرفن أنه في موسم الجفاف عندما تنعدم الأمطار تصير ثمار البرتقال ذابلة لا طعم لها . فكما أن البرتقال يحتاج إلى المطر (الماء) يحتاج أولادنا إلى الماء حتى لا يذبلوا » .	لخصي فكرة القصة ومغزاها لمساعدة الناس على التذكر . اضربي مثالاً بسيطاً يزيد من إيضاح المغزى .
« لقد تصرفت السيدة سعدية بسرعة . وإنه لمن الأهمية بمكان أن تفحص الأم طفلها لتتحقق مما إذا كان قد أصابه الجفاف . وهذه بعض العلامات التى على الأم أن تتبينها عند الفحص : ● التبرز ثلاث مرات أو أكثر في اليوم . ● شعور غير عادي بالعطش . ● تبول كمية قليلة من البول الداكن اللون . ● عينان غائرتان . ● جفاف الفم واللسان .	

● سرعة التنفس أكثر من المعتاد .
● عند قرص الجلد لا يرجع إلى وضعه الطبيعي إلا ببطء .

فإن لاحظت أية علامة من هذه العلامات عندما يكون طفلك مصاباً بالإسهال فبادري بإحضاره إلى العاملة الصحية . »

معرفة الامكانات أمر ضروري . أكدي على الأعمال التي تستطيع الأم القيام بها بنفسها ، وحددي المشكلات التي تستلزم المساعدة من العمال الصحيين .

المشـاركة الفعالة

وبعد ذلك طلبت العاملة الصحية من إحدى الأمهات أن تتقدم نحوها ومعها طفلها . واشتركتا معاً في فحص الطفل وذلك بالنظر إلى عينيه ، وفمه ، والانصات إلى تنفسه وملاحظة ما يحدث لجلده عند قرصه .

من المهم أن يطلب إلى الأم محاولة ملاحظة ذلك في طفلها بنفسها ، فإن هذا يساعدها على التعلم .

« والآن هيا إفحصن أطفالكن بأنفسكن جميعاً . إقرصن جلودهم وإنظرن مدى سرعة عودتها إلى وضعها الطبيعي » .

وتمر العاملة الصحية بين الأمهات وتراقبهن أثناء فحصهن لأطفالهن .

عندئذ تستطيع الأمهات ممارسة هذه المهام الصحية وفي الوقت ذاته تلاحظهن العاملة الصحية لترى أنهن يؤدينها على الوجه الصحيح .

« هل في إمكان إحداكن أن تذكرنا بما ينبغي للأم أن تبحث عنه لتعرف ما إذا كان طفلها يعاني من الجفاف » .

إن تكرار الأسئلة يساعد على التذكر .

بعد تلقي الإجابات الصحيحة والثناء عليها ، يمكن للعاملة الصحية أن تسأل « ماذا يجب أن نفعله إذا رأينا إحدى هذه العلامات في أطفالنا ؟ » .

عندما تجيب الأمهات عن سؤالك إجابة صحيحة أو يعلقن تعليقاً سليماً اشكريهن على أفكارهن وتعليقاتهن وسَلي الأخريات هل يوافقن عليها أم أن لديهن تعليقات أخرى .

وتشكر العاملة الصحية كل أم تجيب عن السؤال . ثم تسأل :
« أرجو أن تذكري بعض السوائل التي يمكن أن تقدميها لطفلك إذا أصيب بالإسهال » .

قد تكون بعض الاجابات خاطئة مثل « اللبن » أو « الحساء المتبّل » . وعلى العاملة الصحية أن تبين سبب ذلك من دون نقد للأمهات اللاتي تجبن عليها .

إن وردت إجابات خاطئة يمكن طلب آراء أخرى حتى تعطي إحداهن الاجابة الصحيحة .

« أرجو إخباري بالأطعمة التي يمكن للطفل المصاب بالإسهال أكلها » . ويجب صرف الأذهان ، بلطف ، عن المقترحات التي تتضمن أطعمة خشنة على معدة الطفل مثل الأطعمة المحتوية على حبوب صحيحة أو البقول .

يجب تشجيع الأمهات على المشاركة في التوصل إلى الحلول .

العرض الإيضاحي

« لعلكن تذكرن أن السيدة سعدية أعطت ريم عصائر فاكهة وحساء ، وهذه الأصناف تحتوي على الماء وأشياء أخرى زودت الطفلة بالقوة والطاقة ، وسأعرض عليكن مشروباً بسيطاً يمكن أن تصنعنه لأطفالكن ليزودهم بالماء والقوة والطاقة عندما يصابون بالإسهال . »

العرض الإيضاحي أسلوب مفيد لتعليم المهارات . فالكلام وحده لا يكفي . وينبغي التركيز على العون الذاتي أي مساعدة الإنسان لنفسه وهو الهدف من التثقيف .

ويقدم شرح قبل العرض الايضاحي حتى يعرف المشاهدون ما يجري وأسبابه .

والمواد المطلوبة لهذا الشراب هي :

- بعض الأكواب .
- ماء مغلي ثم تبريده .
- سـكر .
- ملح الطعـام .
- برتقال ، إن وجد ، لتحسين المذاق .»

يلزم ، إن أمكن ، استخدام مواد محلية يعرفها الناس ويسهل الحصول عليها . ووفّري قدراً كبيراً من المواد لإتاحة الفرصة لكل أم للتمرين .

« قدمي للطفل هذا الشراب بعد كل مرة يتبرز فيها برازاً مائياً . والآن راقبيني وأنا أمزج الشراب :

يُقدم الشرح أيضاً في كل خطوة من خطوات العرض الإيضاحي لضمان فهم الناس له .

« أولاً : أملأ كأساً نظيفاً بماء مغلي نظيف . ومالم يكن الماء نظيفاً فإن حالة الإسهال تسوء . »

« ثانياً : أضيف غرفة أربعة أصابع من السكر » .

« ثالثاً : أضيف غرفة ثلاثة أصابع من الملح ، ضمي ثلاثة من أصابعك بعضهم إلى بعض لاغتراف غرفة واحدة . ولا تضيفي أكثر من ذلك » .

« رابعاً : إذا كانت لدي برتقالة أعْصُرُها في المشروب لتحسين مذاقه » .

يلزم بيان الحجم الصحيح للكأس أو الكوز (نحو ثلث لتر) ويُقدَّم تفسير لذلك .

تختلف صيغة مزج محلول الملح والسكر من بلد إلى آخر . فتحري عن المزيج المقبول في المنطقة .

« وأخيراً أقلِّب المشروب بحيث لا يتبقى أي سكر أو ملح في قاع الكأس . والآن أجعل الطفل يشربه ببطء » .	
وينبغي للعاملة الصحية أن تشرب هذا الشراب بنفسها . فهذا يطمئن الناس على أن المشروب مأمون ومقبول .	
وإذا تناول الطفل كأساً واحدة من هذا الشراب بعد كل مرة يتبرز فيها براراً مائياً ، فإنه لا يفقد الكثير من عافيته . وسوف يمكنه التحسُّن بمعدل أسرع . ويسمح للطفل بالشرب كلما أراد ذلك ، ولا يجبر على تجرعه .	إن استعادة القصد من العرض الإيضاحي تسهل على الناس تذكُّره .
« أما من أسئلة أخرى ؟ هل تُردْن أن أكرر أياً من هذه الخطوات ؟ »	طلب الأسئلة من أفراد الجماعة يساعد على إيضاح النقاط ويضمن فهمها .
« والآن هل يمكن لواحدة أو اثنتين منكن أن تحضرا لصنع هذا الشراب بنفسيهما ؟ وأرجو إخبارنا بما تفعلان أثناء مزجكما للشراب . »	الممارسة مطلوبة لتعلم مهارة جديدة .
« هل يمكن للأخريات أن يتفضلن بإبداء ما يعنّ لهن من اقتراحات ؟ »	والملاحظة مطلوبة للتأكد من أن الناس يمارسون المهمة على النحو الصحيح .
ينبغي أن تتذوق الأمهات الشراب بعد صنعه . « ما طعم هذا الشراب ؟ هل في الإمكان أن تأتي أمهات أخريات وتحاولن مزج هذا الشراب » .	من المهم أن يتمرن على الطريقة ويمارسها أكبر عدد ممكن من الناس . فهذا هو « المحك » لمعرفة ما إذا كانوا تعلموا المهارة الجديدة .
« هذه المهارة الجديدة التي تعلمتُن إياها سوف تكون خير عون لكنّ عندما يمرض أطفالكن . لابد أن تعرفن أن كثيراً من الأمراض تسبب الإسهال . وإن أعطيتن هذا الشراب للطفل بعد كل تبرز مائي فسيتوقف الإسهال بعد يوم واحد . وإن لم يتوقف فعليكن بإحضار الطفل إلى العاملة الصحية وهي سوف تعطيكن الأدوية الكفيلة بالشفاء من المرض . »	عند تعليم أي مهارة يلزم إخبار الناس بحدود الطريقة . فالأمهات هنا يتعلمن مكافحة الإسهال البسيط ، لا كيف يعالج المرض . وتماماً كما يجري تعليم العاملين الصحيين أن يحيلوا بعض الحالات المرضية إلى من هم أكثر تدريباً ، فإن هؤلاء الأمهات يتعلمن أن يُحِلْن بعض المشاكل المعينة إلى عمال صحة المجتمع .

الختـــام	
« قبل أن نختم لقاءنا اليوم هل لديكن أي أسئلة عن ما رأيناه وناقشناه ؟ »	تأكدي من أن الأمهات قدوعين بوضوح ما تعلمنه بالتجربة .
« أتذكرون هذه الصورة ؟ (تعرض العاملة الصحية الملصق الذي سبق استعماله في البداية) . والآن ماذا ينبغي للأم أن تفعله ؟ » تعطى مهلة لتلقي الإجابات .	يحسن مراجعة الموضوع باستخدام احدى المعينات البصرية فهي تمكن الأمهات من رؤية المشكلة بمزيد من الموضوع .
« هل يمكن لإحداكن أن تذكرنا بكيفية مزج الشراب الذي يعطى للأطفال المصابين بالإسهال ؟ »	من خلال طرحك للأسئلة يمكنك أن تُقَيمي ما تعلمته الأمهات .
« كم مرة نقدم هذا الشراب ؟ » « ماذا نفعل إذا لم يتوقف الاسهال بعد يوم واحد ؟ »	إن كنت قد أعددت برنامجاً « جيّد التنظيم » فسوف تتعلم الأمهات الكثير وسوف يستطعن الإجابة عن أسئلتك .
عندما تقدم الأمهات الإجابات الصحيحة ، قولي لهن « شكراً . هذا صحيح . ولسوف يكون في هذا عون عظيم لطفلك . » أما إذا لم تكن الإجابات صحيحة ، فقولي : « هل توافق بقية الجماعة على ذلك ؟ هل هناك إقتراحات أخرى ؟ »	اثني على الإجابات الصحيحة فهذا يساعد الأمهات على تذكر ما تعلمنه ويجعلهن يقدرونه حق قدره . لا تحرجي الأمهات اللائي يخطئن الإجابة .
« ماهي الأشياء الأخرى التي يلزم أن يأكلها الطفل ويشربها في رأيكن ؟ »	أطلبي منهن آراء أخرى حتى تأتيك الإجابة الصحيحة .
استخدام أغنـية	
« لنختتم لقاءنا بأغنية . هيا قلن معي : الماء يحمي صحة الأطفال ويصد عنهم علة الإسهال . وإذا الصغير أصيب بالإعياء فالماء ينفعه بلا إبطاء .	في كثير من الثقافات تساعد الأغاني على إنهاء الاجتماع وسط جو من البهجة والمرح . فمن شأن الأغاني أن تعطي فكرة بسيطة يسهل للحاضرين تذكرها .
« هل يمكن لبعضكن أن يضفن كلمات أخرى لهذه الأغنية ؟ » أعيدي الأغنية مرات عديدة .	يمكن لكل فرد أن يشترك في الغناء وهكذا يحس الناس بالانتماء للجماعة .

« أشكركن جميعاً جزيل الشكر على حضوركن اليوم . والآن وقد تعلمتن هذه المهام فإن أطفالكن سيصبحون آمنين معافين إن شاء الله . »	من الضروري الإبقاء على العلاقات الطيبة حتى النهاية . فذلك يُعين الناس على تقدير ما تعلموه ويُدخل على أنفسهم السرور حتى يتجدد اللقاء .
تذكَّرن دائماً أن الله قد جعل من الماء كل شيءٍ حي . »	يجب أن تُستقى الحكمة من الثقافة المحلية ، وأن تكون معروفة لدى عامة الناس حتى يتبين لهم مدى ارتباط الأفكار والمهارات التي تمّ تعلمها بالقيم المحلية .
« بلّغن تحياتي إلى عائلاتكن . وإلى أن نلتقي في الاجتماع القادم أتمنى أن تكنَّ جميعاً بخير . والسلام عليكن » .	

الوفاء باحتياجات الأفراد

عندما تثقف جماعة من الناس كتلك التي سبق ذكرها ، فإنك لن تستطيع الوفاء باحتياجات أعضائها فرادى . ويمكن عن طريق الحث على المشاركة – كما رأينا من قبل – أن يدلي كثير من الأفراد بدلوهم . ولكن قد لا يسعفك الوقت لتعالج احتياجات كل فرد وأسئلته .

فعلى سبيل المثال قد يكون الجدان ، في حالة إحدى الأمهات ، مقيمين في المنزل . وقد يعتقد الجدان إعتقاداً راسخاً أن الطفل المصاب بالإسهال لايصح له أن يشرب أو يأكل شيئا . فمثل هذه الأم قد تخشى إخبار الجدين بما تعلمته . وعندئذ لن تتمكن من الاستفادة من المهارات الجديدة إلا إذا اتيحت لها فرصة المشاورة الفردية أو إذا قمت بزيارة منزلية .

إحرص على أن تخبر أفراد الجماعة أنك ترحب بلقائهن فرادى بعد الاجتماع أو في أي وقت آخر . وإذا كانت لديهن مشكلات خاصة ، ففي إمكانهن إخبارك بها على إنفراد . وتستطيع آنذاك أن تستخدم أساليب تثقيفية أخرى أكثر ملاءمة للتعامل مع الأفراد لتحاول حل المشكلة . ومن هذه الأساليب التشاور ، وقد ناقشناه في الفصل الرابع .

تثقيف الجماعات الرسمية

من الممكن إعداد برامج تثقيفية صحية للجماعات الرسمية أكثر عدداً وتنوعاً من البرامج التثقيفية للجماعات غير الرسمية . ويرجع سبب ذلك إلى أن الجماعات الرسمية لها أهداف واهتمامات محددة ، ولها روّاد فى إمكانهم إستنفار الجماعة ، فضلاً عن الالتزام بعقد اجتماعات منتظمة ، وإتخاذ الاجراءات المناسبة . وحيث أن أعضاءها معروفون ، فمن الممكن ضمان تعاونهم في تخطيط البرامج وتنفيذها .

التعرف على الاحتياجات

لما كنا نعرف أعضاء الجماعة الرسمية فإنه يمكننا أن نسألهم عن احتياجاتهم .

إفترض أن هناك جمعية للصيادين في المجتمع المحلي . فإن التقى العامل الصحي مع أفراد هذه الجمعية لأمكنه أن يعرف الكثير عن احتياجاتهم . فعلى سبيل المثال قد يقول أعضاء الجمعية :

« لقد غرق صيادان في العام الماضي ولذلك نريد تعلّم وسائل الإنقاذ وكيفية تأمين السلامة أثناء الصيد » .

« عندما نقوم بتنظيف الأسماك وإعدادها كثيرا ماتجرح أيدينا . وعندما تتلوث هذه الجروح تتقرح أيدينا ولا يمكننا العمل على الوجه الأكمل » .

« إننا في حاجة إلى شبَاك جديدة . فالشباك القديمة قد تعرضت للإصلاح مراراً وتكراراً . ونريد شباكاً حديدة مصنوعة من مادة متينة » .

« إن كثيراً من الأسماك يفسد قبل وصوله إلى المدينة لبيعه ، ونريد مخازن ووسائل نقل أفضل نوعاً » .

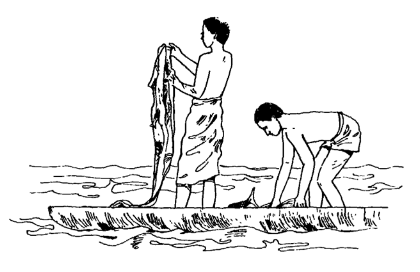
« نريد أن نتعلم القراءة والكتابة حتى لايخدعنا أحد عندما نذهب إلى المدينة لبيع الأسماك وشراء ما يلزمنا » .

« إننا نعاني من كثير من المشكلات بسبب وجع الآذان والإصابة بالعدوى » .

يمكن اعداد برامج تثقيفية بالاشتراك مع احدى جمعيات الصيادين بحيث تتضمن هذه البرامج مقررات عن المهارات لتأمين سلامة المياه ، ومناقشات حول الموارد الممكن توفيرها لتحقيق التنمية الاقتصادية ، واجتماعات لبحث موضوع تحسين الصحة عموما .

حضور اجتماعات جماعة رسمية

ليس فى مقدورك أن تكون عضواً في كل جماعة من الجماعات الموجودة في مجتمعك . لذلك فعندما تحضر اجتماعاً لإحدى الجماعات فإنك غالبا ما تكون غريبا بين أعضائها . وقبل أن تتعاون معك الجماعة في البرامج التثقيفية والصحية ، لابد للاعضاء أن يعرفوك وأن يثقوا بك .



هذان الرجلان عضوان في جمعية الصيادين.

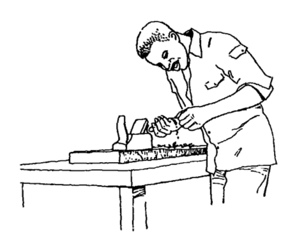
قبل أن تجتمع بالجماعة يحسن بك أن تلتقي بروادها . اشرح لهم المهارات التي تعتزم تقديمها لهم . واستكشف ما إذا كانت تلك المهارات ستعود بالفائدة على الجماعة . فإن كانت تساعد الجماعة على حل بعض مشكلاتها فسوف يدعوك روادها إلى حضور أحد الاجتماعات لتتحدث مع الجماعة بأكملها . وقد يخبرونك بأنهم سوف يبلغون ماقلته إلى جماعتهم ، وبعد أن تناقش الجماعة الأفكار المقدمة منك يتصل روادها بك . ومن الأفضل بطبيعة الحال أن تشرح أفكارك مباشرة للجماعة ، ومع ذلك لاتذهب إلى الاجتماع إلا إذا دُعيت إليه . استمر في إظهار اهتمامك بالجماعة ، وبمرور الوقت ربما تؤدي ثقة روادها بك إلى دعوتك لحضور أحد الاجتماعات (إذا كانت لوائح الجماعة تسمح بذلك) .

وعندما تحضر اجتماعاً عليك بإبداء الاحترام والتقدير على الدوام لأعضاء الجماعة . وفي الأغلب سوف يخصص لك الرواد وقتاً محدداً لتتحدث إليهم . وعليك أن تعرض

أفكارك بوضوح وبساطة . ولا تضيع وقت الجماعة سدى . ولاتدهش إذا طلب منك أن تغادر الاجتماع بعد انتهاء الجماعة من مناقشة أفكارك ، إذ ربما تكون لدى الجماعة أعمال خاصة أخرى ولاتريد مناقشتها أمام شخص غريب .

أما إن مكثت طوال مدة الاجتماع فلا تعلّق على أية بنود أخرى في جدول الأعمال ، ما لم يطلب الرواد منك رأيك بالتحديد . وعندما يألفك الأعضاء ويشعرون أنك تحترمهم ، سوف يكثرون من طلب رأيك .

وعندما تقوم بعرض أفكارك على الجماعة يجب أن تشجع أعضاءها على المشاركة في النقاش . وتوجد اقتراحات مفيدة عن كيفية القيام بذلك في الصفحة ١٤٦ .



إن النجارين يمثلون جماعة ذات احتياجات واهتمامات خاصة . ويمكن إعداد برامج تثقيفية بالاشتراك مع جمعية أو نقابة للنجارين لمساعدة أعضائها على تعلم عادات وأساليب العمل المأمونة .

إعـداد البرامج

الجماعة الرسمية قادرة على إعداد برامجها ومشروعاتها الخاصة لحل مشكلاتها . ويمكن للعامل الصحي أن يرشدها في تحديد الأولويات ، وإيجاد الموارد وتعلّم المهارات اللازمة .

فأثناء اجتماعات الجماعة يمكن للعامل الصحي أن يقدم برامج تثقيفية مبسطة مثل البرنامج المذكور في الصفحات ١٣١ - ١٤٠ . وعليه في أغلب الأحوال أن يشجع

الجماعة على إستخدام أوقات الاجتماعات في إعداد مشروعات تقوم على العون الذاتي وتنفيذها ، أو فى تلقي التدريب على مهارات العون الذاتي .

راجع الاقسام التالية من الكتاب للحصول على مزيد من الأفكار التي تساعدك في عملك : الفصل السادس الصفحات ٢١٨ - ٢٢٠ عن إعداد المشروعات ، هذا الفصل ، الصفحات ١٨٠ - ١٨٢ عن التدريب ، هذا الفصل ، الصفحات ١٨٦ - ١٩٣ عن عقد الاجتماعات .

مساعدة الجماعة على النجاح

ما أن تقضي بعض الوقت مع الجماعة حتى يتبين لك ما إذا كان الأعضاء يتصرفون بطريقة تؤدي إلى النجاح أو إلى الفشل . وإذا كنت قد استطعت إقامة علاقات طيبة مع الأعضاء لدرجة تجعلهم يثقون بك فيمكنك أن تحاول مساعدتهم على تحسين سلوكهم تجاه بعضهم البعض . فإن كان الأعضاء يتصرفون بنفس الطريقة التي كان يتصرف بها أعضاء اللجنة الاتحادية (انظر الصفحتين ١٢٥ - ١٢٦) فإنهم لن يستطيعوا تحقيق أي هدف من أهدافهم .

وإذا لاحظت أن هناك مشكلات تواجه الجماعات الرسمية مثل وجود خلافات بين أعضائها أو عدم تعاونهم أو تخبطهم في إتخاذ القرارات ، فيمكنك الالتقاء برواد الجماعة على إنفراد ، لتستكشف أسباب تلك المشكلات من وجهة نظرهم ، وما حاولوا القيام به لتحسين الوضع . ويمكنك أن تعلمهم المهارات التي تهيئهم لقيادة الجماعة بطريقة أفضل .

إلى أي الجماعات تنتمي أنت ؟ هل يمكنك التفكير في كيف شجعتك هذه الجماعات على تغيير سلوكك ؟ بأي الطرق ساعدك الأعضاء ؟ هل تعتقد أن من الممكن تحسين سلوك أعضاء الجماعة ؟ وكيف ؟

هل تحاول أن يكون سلوكك مثلاً يحتذى به في الجماعة ؟ هل تتصرف بطريقة تنطوي على الاحترام لجميع الأعضاء ؟ هل تسمح للآخرين بالتحدث ؟ هل تشجع الآخرين على التعبير عن أرائهم ؟ هل تشكر الناس على مايسهمون به ؟

جماعات المناقشة

منذ وقت لاتعيه الذاكرة تجمعَّ الناس رجالاً ونساءً بطريقة تلقائية ليتعلموا من خبرات بعضهم البعض ، وليناقشوا مايعن لهم من أمور . وهذا التآثر بين الناس ذوي الآراء المتباينة يمكّن كل شخص من أن يرى جوانب مختلفة للمشكلة المطروحة . وفي ذلك فائدة كبيرة على الدوام .

وسرعان ما أقر التثقيف الصحي بمقدرة الجماعات على أن توجد جواً مثالياً للتعلم يحمل الناس على التغيرّ والعمل .

الغـــرض

المناقشة في داخل الجماعة تسمح للناس بأن يعبروا عما يجول في خواطرهم فيمكنهم أن يتحدثوا عن مشكلاتهم . كما يمكنهم طلب العون والاقتراحات من غيرهم من أعضاء الجماعة . وتوفر الجماعة للأفراد الدعم والتشجيع عندما يحاولون حل المشكلة التي تصادفهم وتغيير سلوكهم . ولهذا الدعم الذي توفره الجماعة أهمية في مساعدة الناس على إتخاذ القرارات .

حجـــم الجمـــاعة

إن أنسب حجم للجماعة اللازمة لهذا النوع من المشاركة هو الجماعة الصغيرة . وذلك أولاً ، لأن كثيراً من المشكلات التي يحتاج الناس إلى حلها مشكلات شخصية وحساسة . ولايرغب الناس في أن يتحدثوا عن مشكلاتهم أمام جماعات كبيرة . وثانياً لأن من المهم أن يكون أمام كل شخص فرصة للتحدث . فخمسة أشخاص عدد مناسب للمناقشة . وإذا زاد العدد على عشرة لاتتاح لكل شخص الفرصة للتحدث حين يشاء .



خمسة أشخاص عدد مناسب لتشكيل جماعة المناقشة ، وفي مثل هذه الجماعة يتمكن الأشخاص من معرفة بعضهم بعضا والثقة بعضهم ببعض . وتتاح أمام كل فرد منهم الفرصة لمناقشة المشكلات المشتركة التي يواجهونها .

تنظيم المناقشة

الاحتياجات والاهتمامات المشتركة

يمكن أن تُشكَّل جماعة المناقشة من أشخاص لهم اهتمامات متشابهة . وفيما يلي أمثلة لذلك :

- جماعة من أباء أطفال معوقين .
- جماعة من الحوامل لديهن مشكلات حملية .
- جماعة من المراهقين يعانون من قصور الأنشطة الاجتماعية .
- جماعة من المرضى يعانون من أمراض مزمنة مثل التدرن .

تجميع أفراد الجماعة

تحدث مع الناس فرادى لترى مدى رغبتهم في الإجتماع معاً في جماعة واحدة للمشاركة فى مواجهة مشكلاتهم ومناقشتها ، وتبيِّن كيف يتصرف الآخرون في مثل هذه الأحوال ، وكيف يطلبون المساعدة لأنفسهم ويقدمونها إلى الغير .

أين تُعقَد المناقشة

تعقد المناقشة في مكان مريح تتوفر فيه الخصوصية ، فهذا يساعد الناس على التحدث بصراحة .

عقد المناقشة

إنشاء العلاقات

ساعد أفراد الجماعة على أن يتعرف بعضهم على بعض . فإن كانوا ينتمون إلى نفس القرية أو الحي فمن المرجح أنهم يعرفون بعضهم بعضاً من قبل . ولكن لاتفترض أن المعرفة بينهم وثيقة . خصص وقتا كافيا لكل شخص ليقدم نفسه للجماعة . فارتياح الناس للمشاركة فيما بينهم يزيد إذا كانوا يعرفون بعضهم بعضا .

شَجّع الآخرين

عليك أن تشجع أفراد الجماعة على التحدث . وإياك أن تطيل أنت الحديث .

إبدأ بالأفكار العامة

قد تجتمع جماعات المناقشة عدة مرات . لذلك فلا داعي أن تطلب من الناس أن يتحدثوا عن مشكلاتهم وهمومهم لأول وهلة . فالطريقة المثلى التي تستهل بها المناقشة هي أن تطلب منهم التحدث عما يعرفونه بصفة عامة عن المشكلة ، أو المرض أو الهموم التي يعانونها . وعندما يكتسب الناس مزيداً من المعرفة يبدأون في طرح الأسئلة .

إستخدم الأسئلة لتحث على المشاركة

في مرحلة لاحقة ، يمكنك أن تطرح أسئلة كالأسئلة التالية أثناء سير المناقشة :

- هل سبق أن طلبت من أحدٍ المساعدة في مشكلتك ؟ ومن هو ؟
- هل وجد أي منكم صعوبة في اتباع نصائح العامل الصحي ؟
- هل لأي منكم أن يشارك بخبراته في حل هذه الصعاب ؟

وسوف يثير بعض الناس موضوعات كثيرة . فلا تحاول أن ترد عليها كلها بنفسك . بل سَل أولاً عما إذا كان أي من الآخرين لديه أفكار أو ومقترحات أخرى .

تشجيع الأعضاء على المشاركة

راقب المناقشة بدقة . وإن رأيت بعض الأعضاء صامتين هادئين ، فلعلك تلتفت إليهم في أدب جَم وتسألهم « هل يمكن لحضراتكم أن تقولوا لنا آراءكم عن هذا الموضوع ؟ » وإن أعدت عليهم هذه الدعوة للتحدث ولم يشاركوا في المناقشة ، فلا تجبرهم على التحدث . بل انتظر حتى نهاية الاجتماع وتحدَّث مع هؤلاء الأشخاص على إنفراد . وتلَمَّس أسباب صمتهم . وعندما تعرف السبب فلعلك تبادر بفعل شيء لتحسين الموقف في الإجتماع القادم .

وبالطبع قد يُكثر بعض الناس الكلام . وهنا أيضاً يلزم أن تتصرف بطريقة مهذبة . ففي هذه الحالة يمكنك أن تقطع كلام المتحدث المطيل بقولك « هذه فكرة عظيمة ، ولنسمع ماهو رأي الآخرين فيها » . وإن لم يفلح هذا الأسلوب فانتظر هذا الشخص بعد الاجتماع ، ووضّح له ضرورة أن يأخذ كل شخص فرصته في التحدث .

الوقت

يتوقف طول المدة المسموح بها للمناقشة على مدى مايتوافر للأعضاء عن وقت . فالناس لديهم أعمالهم وعائلاتهم ومسؤوليات أخرى . وأنت نفسك لديك واجبات أخرى .

أطلب من الأعضاء أن يحددوا الوقت المناسب لهم من اليوم والأسبوع . ولعل مدة ساعة أو ساعتين تكون هي أقصى مايلزمك للمناقشة . حتى لو لم تكن عند الناس أعمال أخرى ، فإنهم سوف يشعرون بالتعب والملل لوطالت المناقشة أكثر من اللازم .

التحقق من إرتياح الأعضاء

قبل أن ينتهي الاجتماع ، سَل الحاضرين عن مدى رضاهم عن تقدم الجماعة . هل يعتقدون أنهم يتعلمون من المناقشة ؟ هل يعتقدون أن الجماعة يجب أن تستمر في مناقشاتها ؟ هل هناك أي تغييرات يريدون احداثها في وقت المناقشة أو مكانها أو موضوعاتها ؟

جماعات العون الذاتي

ليست الحياة سهلة ميسورة لمن لديهم مشكلات خاصة مثل ذوي الأمراض المزمنة والمعوقين . فهم يحتاجون إلى دعم وتشجيع من العائلة والأصدقاء والمجتمع بل ومن العاملين الصحيين كذلك . فبالمساندة يمكنهم تعلم وممارسة المهارات اللازمة التي تجعلهم يحيون حياة أفضل .

الغرض

إن الناس الذين يعانون من نفس المشكلة يمكنهم أن يساند بعضهم بعضا . ومثال ذلك أن الشخص الذي فقد بصره منذ عدة سنوات يكون قد اكتسب كثيراً من الخبرات تمكنه من أن يخوض غمار الحياة . ومثل هذا الشخص يمكنه أن يقدم التشجيع والنصح لشخص فقد بصره مؤخراً .

والمناقشة الجماعية أسلوب تثقيفي يمكن من خلاله مساعدة عدد قليل من الناس . أما الأعداد الكبيرة فيمكن تنظيمها في جماعة رسمية أوناد (انظر الفصل السادس ، الصفحات ٢٠١ – ٢٠٥) .

دراسة حالة

تصف دراسة الحالة case study هذه كيف قامت إحدى ممرضات المجتمع بتنظيم نادٍ للمصابين بالداء السكري .



يمكن لوالدي المعوقين تكوين ناد أو جماعة للعون الذاتي .

التعــرف عــلى الاحتيــاجات

المكان هو مستشفى محلي ، حيث إكتشفت إحدى الممرضات ، واسمها الأخت نفيسة ، أن المصابين بالداء السكري كانوا يعانون من بعض المتاعب في متابعة المعالجة التي يوصى بها . فقد لاحظت أن ربع عدد المصابين بالسكري كانوا يحضرون إلى العيادة يومياً لفحص البول وللحقن بالإنسولين . ولم يكن هؤلاء المرضى قادرين على أداء هذه المهام بأنفسهم . كما لاحظت أن هناك خمسة أو ستة على الأقل من مرضى السكري كانوا كثيري الدخول في المستشفي لأنهم لم يكونوا يعتنون بأنفسهم كما ينبغي . وكشفت سجلات العيادة أن أكثر من نصف المرضى بالسكري لم يكونوا يحافظون على المواعيد الشهرية لذهابهم إلى العيادة للعرض على الطبيب .

ولإلقاء مزيد من الضوء على هذه المشكلة ، نُظِمت مناقشة مع جماعة من المرضى في العيادة وذكر هؤلاء المرضى عدداً من أسباب عدم مواظبتهم على الحضور في المواعيد الشهرية إلى العيادة . وكانت أسبابهم هي : بُعد المسافة بين العيادة وبيوتهم ، ومتطلبات العمل ، وطول الانتظار في العيادة ، وقلة وسائل النقل ، ومسؤولياتهم في البيت ، وسوء العلاقات بينهم وبين العاملين الصحيين ، وعدم فهمهم للغرض من حضورهم للعيادة ، وتفضيلهم للطب التقليدي .

أما المرضى غير القادرين على فحص بولهم وحقن أنفسهم بالإنسولين ، فقد ذكروا أسباب مشكلاتهم على النحو التالي : الخوف ، وعدم القدرة على شراء المواد اللازمة ، وعدم تعلمهم لهذه المهارات ، وعدم توافر المساندة لهم في بيوتهم وإعتقادهم أن العاملين الصحيين يؤدون هذه الأعمال بطريقة أفضل ، وتحرجهم من أن يراهم الناس وهم يفحصون بولهم بأنفسهم أو يحقنون أنفسهم .

وتبين من اللقاءات الشخصية مع المرضى الذين أدخلوا المستشفى أن لديهم مشكلات أخرى وهي : عدم فهمهم لطرائق الرعاية الذاتية ، وصعوبة اجتناب الأطعمة المحظور عليهم أكلها ، وعدم اقتناع المقيمين معهم في البيت بأنهم مرضى حقا ، والاعتقاد بأن هذا المرض إنما هو نتيجة لأعمال السحر ، وشعورهم بأنهم يسببون متاعب لأهاليهم بطلب وجبات معدة بطريقة خاصة ، والرغبة في صحبة أصدقاء يأكلون ويشربون على النحو العادي .

وأكدت الاستجوابات التي أجريت أثناء الزيارات المنزلية أن كثيراً من أزواج أو آباء أو أقارب مرضى الداء السكري لايفهمون حقيقة المرض ، وأنهم كانوا ينظرون إلى مطالب المرضى باعتبارها عبئاً على العائلة أو وصمة في جبينها .

وبالحصول على كل هذه المعلومات أصبح في الإمكان معرفة أنواع النشاطات التثقيفية الضرورية للتغلب على مختلف المشكلات التى لوحظت .

إجتمــاع إستطلاعــي

وبعد أن لمست الممرضة تلك المشكلات سألت المرضى وموظفي المستشفي عما إذا كانوا حريصين على عمل شيء لتحسين الوضع . وكان الجميع حريصين بالفعل على ذلك . ومن ثَم عُقَد اجتماع صم عدداً من المرضى وثلاثاً من الممرضات وطبيباً . وقالت الممرضة نفيسة للمجتمعين إنها سمعت أن مرضى الداء السكري الموجودين في بلدة أخرى قد نظموا أنفسهم على هيئة نادٍ حتى يساعدوا أنفسهم بأنفسهم .

وسأل مرضى السكري والموظفون كثيراً من الأسئلة عن فكرة النادي . فشرحت الممرضة لهم أن النادي سوف يديره المرضى أنفسهم . وسيكون في إمكان هؤلاء المرضى طلب الحصول على برامج تثقيفية ، وسوف يستطيعون تعليم بعضهم بعضا مهارات العون الذاتي ، فضلاً عن توفير الدعم والتشجيع لأنفسهم . كما أنه في إمكان موظفي المستشفى أن يقدموا التوجيه والإرشاد إلى أعضاء النادي . ورحّب الجميع بالفكرة ، ومن ثَم اتفق المجتمعون على أن يكوّنوا من أنفسهم لجنة لتخطيط إقامة نادي مرضى السكري .

كســب الاهتمــام

أجرى أعضاء لجنة التخطيط محادثات ومناقشات مع مرضى آخرين في أيام عمل العيادة . وأجريت مشاورات مع المرضى فرادى ، كما تمت بعض الزيارات المنزلية .

وحُدّد موعد الاجتماع الأول . كما تّم الاتصال بالصحيفة المحلية وطُلب منها أن تنشر مقالا عن هذا الحدث . ووجهت الدعوة إلى كبار الشخصيات في وزارة الصحة وغيرها من الهيئات . وجُهزت قاعة الاجتاعات بالمعروضات والملصقات . وحصر خمسة وسبعون مريضاً من مرضى السكري واشتركوا في تأسيس النادي . وانتخب الاعضاء روادهم وبدأوا في التخطيط للأنشطة .

وضــع البرامــج

تقرر أن يجتمع أعضاء النادي مرة كل شهر للاضطلاع بمهامهم . وتمّ الاتفاق على الاجتماع مساءً في مدرسة محلية كي يتمكنوا جميعاً من الحضور ، حتى العاملين الصحيين .

وقرّر الأعضاء بعد ذلك أن من الضروري تنظيم برنامج تثقيفي . وتمّ التخطيط لسلسلة من دورات التدريب تعقد كل يوم أربعاء قبيل موعد العيادة المعتاد ، وذلك لمدة شهرين . على أن يتعلم المرضى في هذه الدورات دروساً عن النظام الغذائي وفحص البول ، وكيف يعطون أنفسهم حقن الإنسولين ، إلى غير ذلك من إجراءات العون الذاتي .

وتطوع المرضى ذوو الخبرة والعاملون الصحيون ليقوموا بدور المدرّبين . كما وافقوا على تقديم المشورة بصورة فردية للمرضى الذين يحتاجون لذلك . وتقرر أن يحضر جميع المرضى الجدد جلسات التشاور حتى يفهموا طبيعة مرضهم وماينبغي تعديله من عاداتهم وسلوكهم . كما تقدم المشورة أيضا للمرضى الذين يجدون صعوبة في تنفيذ نصائح الطبيب .

وقرّر أعضاء النادي والعاملون الصحيون أنه من الضروري القيام بزيارات منزلية لحث عائلات المرضى على تقديم المساندة اللازمة لمرضاهم في البيت .

التقييـــم

بعد انقضاء شهرين ناقش النادي في أحد اجتماعاته مدى ماحققه من تقدم . وبدا أن كل المرضى باستثناء اثنين منهم قد تمكنوا من فحص بولهم وحقن أنفسهم . كان كل المرضى تقريباً يحضرون اجتماعات العيادة الشهرية المعتادة . ولم يبق في المستشفى سوى مريض واحد . فعن طريق العون الذاتي استطاع مرضى السكري أن يغيّروا سلوكهم وينهضوا بصحتهم .

لما كانت هذه دراسة حالة ، فالمرجو أن تمعن التفكير فيها . هل توافق على مافعله العاملون الصحيون والمرضى ؟ هل كان في وسعهم أن يفعلوا شيئا مختلفاً أو أفضل ؟ هل من شأن هذا النوع من الأندية أن يفيد في مجتمعك ؟ ماهي أنواع أندية العون الذاتي التي يمكن تشكيلها ؟ ما الذي يمكن عمله بطريقة مختلفة حتى تنجح هذه الأندية في مجتمعك ؟ وما الذي يمكن عمله بنفس الطريقة ؟

أذكر بعض الطرق التي جمعت بها الممرضة المعلومات لتتأكد من وجود حاجة للنادي ؟ وماهي الأساليب التي اتبعتها لتحثّ الناس على المشاركة ؟ وماهي الأنشطة التثقيفية الأخرى التي كان يمكن لذلك النادي أن يقوم بها ؟ وماذا يستطيع أعضاء النادي تعلمه من عملية التقييم ؟

الفصـــل (الصـــف) المدرســي

تهيء المدرسة مركزاً مناسبا للتثقيف الصحي . ففيها يجد المرء جماعات من الطلبة ومن المدرسين . والمدرسون أشخاص مرجعيون ، وبإمكانهم أن يقوموا بدور هام في مجالي الرعاية الصحية الأولية والتثقيف الصحي . وأحياناً يأتي الآباء إلى المدرسة ليعرفوا مدى تقدم أولادهم في الدراسة وليشاركوا في اجتماعات مع المدرسين .

تعـليم المسـائل الصحيـة للأطفـال

إن الأطفال في حاجة إلى إكتساب المعرفة والمهارات الكافية وإلى تنمية المواقف والقيم التي من شأنها تحسين صحتهم . وهم محتاجون كذلك إلى معرفة كيفية وقاية أنفسهم من الأمراض الشائعة التي تنتشر في مجتمعهم . فضلاً عن أنهم في أمسّ الحاجة إلى معرفة ما يجب أن يفعلوه إذا ما أصابهم مرض . ولا يجب الإكتفاء بتقديم المعلومات للأطفال . بل يلزم أن يكتسب هؤلاء الأطفال مهارات عملية في مساعدة أنفسهم .

إن التثقيف الصحي يمكن أن يتمشى مع كثير من الموضوعات الدراسية الأخرى . ففي دروس العلوم يتعلم الأطفال الكثير عن الحشرات والنباتات . ويمكن عندئذ أن يدرّس لهم شيء عن الحشرات التي تنقل الأمراض وما عليهم أن يفعلوه للوقاية منها . كما يمكن أيضا أن يتعلموا شيئا عن طرق زرع النباتات ، وعن أنواع النباتات الصالحة لأن تكون غذاء .



يمكن أن تكون الحديقة مشروعاً مناسبا لتدريب تلاميذ فصل مدرسي أو أعضاء نادٍ إجتماعي . ويمكن للأعضاء ولغيرهم من أفراد المجتمع كذلك أن يتعلموا أفكاراً ومهارات جديدة من حديقة معتنى بها .

كما أنه في دروس اللغات يمكن للأطفال أن يقرأوا قصصاً ويؤدوا تمثيليات لها مغزى صحي . وعندما يتعلم الأطفال الهجاء ، يمكن تدريبهم على تهجية كلمات متعلقة بالصحة والمرض .

وأثناء دروس التاريخ يمكن تعليم الأطفال شيئاً عن المشاهير الذين اكتشفوا حلولاً للكثير من المشكلات الصحية الخطيرة في العالم . كما يمكن تعليمهم كيف أن الصحة والمرض كان لهما إرتباط بتقدم الأمم والامبراطوريات وبتدهورها .

وفي أثناء دروس التربية البدنية يمكن تمرينهم على المهارات التي تنمي قدراتهم على الاحتمال وتحافظ على قوة أجسامهم ومرونتها .

ونظرا لأن الأطفال صغار السن كثيرو النشاط ، فيحسُن معهم استخدام طرائق تسمح لهم بالمشاركة الكاملة في التعلم ، وبذلك يقدِّرون المعارف والمهارات التي يكتسبونها بجهودهم الخاصة . ومن الأساليب التي تشجع المشاركة : الاستفسارات ، والنوادى المدرسية ، والعروض الإيضاحية demonstrations ، وتمثيل الأدوار ، والألعاب ، والمشروعات ، والمباريات ، والتقصيات الإجتماعية ، والمناقشة في جماعات صغيرة .

وينبغي أن يكون الأطفال الكبار قادرين على المشاركة في تعليم صغار الأطفال المهارات الصحية الأساسية .

البيــئة المدرسيــة الصحيــة

يصعب تعليم الطفل قيمة الصحة ما لم تكن البيئة المدرسية مساعدة على توفير السلوك الصحي ، وما لم تكن هناك إمكانيات يمكن بوساطتها ممارسة المهارات الصحية . وفيما يلي أمثلة للإمكانيات الصحية اللازمة للمدرسة :

- مصدر ماء نقي ودائم .
- مرافق لغسل الأيدى .
- وسائل صحية للتخلص من الفضلات الآدمية والنفايات .



هذه المدرّسة تقدم عرضاً إيضاحياً لأحد التلاميذ عن طريقة غسل اليدين غسلاً جيداً . لا يمكن أن نتوقع أن يتعلم الأطفال مهارات صحية جديدة مالم تتوافر في المدرسة التسهيلات اللازمة مثل المياه النظيفة والصابون وأوعية الغسل .

- فصول جيدة الإضاءة والتهوية .
- ملاعب خالية من المواد الحادة أو الضارة .



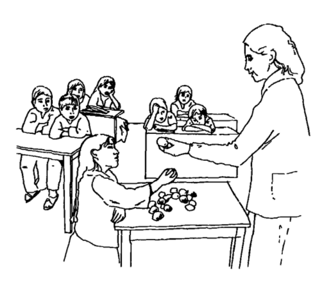
هذا التلميذ يحُك بالرمل جرحاً أصابه أثناء لعبه كرة القدم في فناء المدرسة . وقد يؤدي هذا العمل إلى أمراض معدية مثل الكزاز (التتانوس) . وهناك ثلاثة أسباب محتملة لهذا المسلك : اعتقاد الطفل أن الرمل هو خير مايوقف النزيف ، وعدم وجود مواد الإسعافات الأولية وأدواتها في المدرسة ، وتعجّل أصدقائه له ليواصل اللعب . ماهي أنواع برامج التثقيف الصحي التي يمكن تنظيمها في المدرسة لحل أمثال هذه المشكلات ؟

- مواد وأدوات الإسعافات الأولية .
- موظفون متمرسون على طرائق حفظ الصحة والإسعافات الأولية .

تـدريب المدرسـين

رغم أن وزارة التعليم قد تقول إن من الواجب تدريس موضوعات معينة تتعلق بالتثقيف الصحي في كل المدارس ، فإن ذلك قد لايحدث بالفعل . ومن أسباب ذلك أن المدرسين قد لاتتوافر لهم المعرفة والمهارات الكافية لتدريس تلك الموضوعات . كما أن المدرسة قد لا يكون بها مُدَرِّس سبق له أن تلقى تدريباً في المسائل الصحية . كذلك ربما يكون بعض المدرسين قد تلقوا مثل هذا التدريب منذ سنين طويلة . والآن إما أنهم لايعرفون أحدث المعلومات عنها وإما أنهم نسوا ما سبق أن عرفوه .

وعلى هذا فمن الممكن تدريب المدرسين أثناء الخدمة . وهذا يعني إمكان تلقي المدرسين التدريب من دون حاجة إلى ترك أعمالهم . وقد يحتاج المدرسون إلى تعلم مهارات الإسعاف الأولي والوقاية من الأمراض الشائعة في المجتمع . انظر الصفحات ١٨٠ – ١٨٢ لمعرفة مزيد من الأفكار عن تنظيم دورة تدريبية .



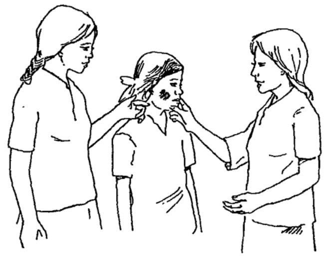
هذه المُعلمة تستخدم العرض الإيضاحي كأسلوب تثقيفي . فعن طريق تمكين الأطفال من رؤية أشياء من واقع الحياة – مثل البيض والبطاطس ، تستطيعّ مساعدتهم على معرفة أي أنواع الأغذية تبني أجساماً قوية وأيها تمدها بالطاقة .

مشـاركة الآبـاء والمجتمـع

يجب البحث عن سُبل لتشجيع الآباء على الاضطلاع بدور فعال في تزويد أبنائهم بالتثقيف الصحي . فالآباء في الواقع هم المدرسون الأساسيون للأبناء . وفيما يلي بعض الطرائق التي يمكن أن يساعد بها الآباء في الأنشطة الصحية وأنشطة التثقيف الصحي في المدارس :

- العمل مع التلاميذ والمدرسين في مشروعات العون الذاتي لتزويد المدرسة بالموارد الأساسية .
- **تشجيع الأطفال على أن يمارسوا في البيت ما تعلموه من مهارات صحية في المدرسة ، فعلى سبيل المثال ، يجب أن يتعلم التلاميذ سرعة التنبه للمشاكل الصحية ، ويمكن أن ينقل هذا الوعي إلى العائلات بسهولة .**
- في بعض الحالات يشجع الآباء على زيارة المدرسة ليسهموا بما لديهم من معارف ومهارات . أي ليساعدوا في التدريس . ولكن ذلك يتوقف إلى حد كبير على الثقافة المحلية .

وكثيراً مايقال : بما أن الأطفال متفتحون على الأفكار الجديدة ، ففي إمكانهم نقل هذه الأفكار إلى آبائهم . وليس هذا القول بسيطاً كما يبدو في ظاهره فالكثير من الآباء



يمكن لتلاميذ المدارس أن يتعلموا سرعة التنبه للمشكلات الصحية . فهذه الفتاة اكتشفت بقعة متغيرة اللون على خد زميلتها . وهكذا سوف تتمكن المعلمة من إحالتها إلى العامل الصحي على الفور . والأرجح أن كلتا الفتاتين ستخبران والديهما بما حدث . وبهذه الطريقة تنتقل المعرفة الصحية .

يتشبثون بمعتقدات تقليدية تختلف اختلافاً بيناً عما يُدرس في المدارس . وقد يمتعضون من الأبناء الذين يخالفون تلك المعتقدات . فضلاً عن أن الآباء قد لا تتوافر في بيوتهم الإمكانيات الصحية الأساسية التي تكفل للأطفال ممارسة المهارات الصحية الجديدة .

وقد تفيد الزيارات المنزلية والتشاور مع العائلة في مساعدة الآباء على تعلّم المفاهيم الجديدة التي يتعلمها أبناؤهم . كما أن اجتماع الآباء مع المدرسين هو طريقة أخرى لإتاحة التثقيف الصحي للآباء .

كذلك فإن إقامة الروابط مع المؤسسات والجماعات الأخرى في المجتمع أمر ضروري لوضع برنامج مدرسي جيد للتثقيف الصحي . فالجماعات والمؤسسات العامة والطوعية مثل جماعات تحسين الصحة وجماعات تنمية المجتمع والجماعات الزراعية وجماعات الرعاية الإجتماعية وغيرها ، في إمكانها أن تقدم خدمات جليلة إلى المدرسة وتلاميذها .

العــــلاقــات

باعتبارك عاملاً صحياً فأنت غريب على المدارس . ولهذا فلا يمكنك أن تدخل المدارس من دون إذن وأن تطلب أداء أنشطة تثقيفية صحية فيها ، أو تحسين أسلوبها في تدريس المسائل الصحية . وينبغي لك أن تلتقي أولا بالسلطات المسؤولة وبهيئة التدريس . وحاول أن تقيم علاقة ثقة وطيدة وصداقة وذلك على النحو الموصوف في الأجزاء السابقة من هذا الكتاب . عندئذ ستكون في وضع يمكنك من حث المدارس على جعل التثقيف الصحي جزءاً له وزنه بين برامجها .

هل تعرف ما الذي تقوله وزارة التعليم عما ينبغي للأطفال تعلمه عن الصحة ؟ هل تعرف مقدار الوقت المفروض تخصيصه لتدريس الصحة والموضوعات ذات الصلة بها ؟ هل هناك موضوعات يختلف تدريسها للأطفال باختلاف أعمارهم ؟ كيف يمكنك معرفة كل هذه الأمور ؟

التثقيف الصحي في موقع العمل

تسعى الرعاية الصحية الأولية إلى الوصول إلى الناس حيثما وجدت الحاجة إلى الرعاية الصحية . ولقد تحدثنا عن الوصول إلى الناس في قراهم وأحيائهم ، وناقشنا الرعاية

الصحية الأولية في إطار المدرسة . وينبغي لنا أيضا أن ندرس كيف تنظم الرعاية الصحية الأولية والتثقيف الصحي في المصنع أو موقع العمل . وهذا القسم لايتناول الموضوع بالتفصيل ولكنه يقدم بضعة دلائل أساسية . ويجب عليك أن تطبق مهارات التخطيط السابق وصفها في الفصل الثالث على مواقع العمل في مجتمعك المحلي .

ماهـو موقـع العمـل ؟

يعمل الناس في أماكن كثيرة ، منها منازلهم . وحيث أن هذا الفصل معني بالجماعات ، فإننا نناقش في هذا القسم أماكن العمل التي تجتمع فيها جماعات من الناس لإنتاج سلع أو تقديم خدمات . فمثلا ، إذا كانت السلع ملابس ، فيمكن أن يكون موقع العمل دكان خياط ، العاملون به هم صاحبه وصبيّان يتمرنان على المهنة ، أو أن يكون مصنعا كبيرا يعمل فيه ما يزيد على مائة عامل . ويمكن أن تكون الخدمة مطعما صغيرا يقوم بالطهي والخدمة والتنظيف فيه ثلاثة أو أربعة أشخاص أو فندقا كبيرا يخدم المئات من النزلاء .

ومن الضروري التعرف على مواقع العمل المختلفة في بلدك أو المناطق المجاورة . وعليك أن تسعى إلى معرفة عدد الأشخاص العاملين في كل مكان والأعمال المختلفة التي يقومون بها .

الصحـــة والعمـــل

إن الصحة والعمل وثيقا الصلة كل منهما بالآخر . فيلزم الناس أن يعملوا من أجل الحصول على المأكل والملبس ووقاية أنفسهم من المرض . ولايستطيع الشخص العليل أن يعمل كالشخص المعافى . ويمكن لبيئة العمل أن تؤثر في صحة الأشخاص أيضا . فيمكن أن يتعرض العمال لأخطار الآلات ، أو المواد الكيميائية الخطرة أو الأوضاع المرهقة .

والتثقيف الصحي في موقع العمل لا يساعد العمال على تعلم كيف يقون أنفسهم من الأخطار في بيئة العمل فحسب ، بل يعلمهم أيضا كيف يحسنون العناية بصحتهم الشخصية في العمل والمنزل وفي أي مكان آخر .

التخطيط للتثقيف في موقع العمل

الحصـول عـلى الموافقـة

لايمكنك أن تقتحم مصنعا أو مكان عمل وتبدأ التثقيف الصحي . فهذا من شأنه أن يحدث اضطرابا في العمل الجاري . ولابد لك أولا من معرفة المسؤولين في موقع العمل وأن تكتسب مساندتهم وموافقتهم . وفي الوقت نفسه يجب أن تستطلع الرأي عن أنسب وقت لتنظيم البرامج التثقيفية ، وأفضل مكان لتنفيذ البرامج ، ومجموعات العمال المختلفة التي قد تكون في حاجة إلى التثقيف .

التماس المشـاركة

في مقدور بعض المصانع أو الهيئات الخدمية الكبيرة أن يكون لديها موظفون صحيون خاصون بها ، ولكن معظم مواقع العمل صغيرة إلى حد ما ، وليس في مقدورها استخدام عامل صحي طوال الوقت . وحينئذ يكون من المهم للعمال أن يشاركوا في اختيار بعض زملائهم للتدريب على المهارات الأساسية لتعزيز الصحة وللاسعاف . وهذا يمكن العمال من تقديم الرعاية الصحية الأولية لأنفسهم بجهودهم الذاتية .

التعرف على الاحتياجات

يوجد نوعان أساسيان للاحتياجات الصحية التي تهم الناس في موقع العمل . فأولا ، هناك الاحتياجات ذات الصلة المباشرة بالعمل نفسه . ومن خلال الملاحظة والاستجواب في لقاءات شخصية ومراجعة السجلات (خاصة إذا وجدت سجلات للاصابات) يمكن التعرف على أنواع الخطر والضغوط التي يتعرض لها العمال . ثم هناك الاحتياجات المتصلة بالمشاكل الشائعة التي قد تؤثر في صحة العامل الشخصية وقدرته على العمل . فمثلا ، يمكن أن تكون البرداء (الملاريا) أو شرب الخمور سببين رئيسيين للتغيب عن العمل . وقد تكون عادات التدخين لدى العمال مصدر قلق لهم . ويمكن أن يركز التثقيف الصحي في موقع العمل على كل من الأخطار الصحية المهنية ومشاكل الصحة الشخصية .

تـــدريب الجماعـات

التدريب هو تعليم المهارات الجديدة على نحو منظم . وهو يقدم في أغلب الحالات إلى جماعات من الأفراد ، كل منهم في حاجة إلى تعلم نفس المهارات . وحيث إن التدريب يتضمن تعلم المهارات ، فلابد من إتاحة الفرص العديدة للمشتركين لممارسة المهارات الجديدة ، والمشاركة في إعداد البرنامج التدريبي وإدارته للتأكد من أنه يفي باحتياجاتهم . ولذلك فإن تشكيل لجنة تضم المدرِّبين والمتدرِّبين أمر جد مفيد .

التعـرف عـلى احتياجـات التـدريب

لقد ذكرنا من قبل أن هناك عدة جماعات ضمن المجتمع يمكنها أن تستفيد من برامج التدريب التي قد تنظمها :

- فعمال صحة المجتمع يحتاجون إلى التدرب على مهارات الرعاية الصحية ومهارات التثقيف الصحي .
- والمدرسون قد يحتاجون إلى مهارات خاصة بالصحة والتثقيف الصحي .
- والجماعات المختلفة في المجتمع قد ترغب في تنمية مهارات معينة ، فعلى سبيل المثال قد ترغب الحوامل اللائي ينتظرن أول طفل لهن في أن يتدربن على مهارات رعاية الأم والطفل ، وقد يحتاج العمال إلى التدرب على الإسعافات الأولية ، وما إلى ذلك .

وهناك عدة طرق لاكتشاف أنواع التدريب التي يريد الناس أن يتزودوا بها :

- تحدّث إلى الناس جماعات أو في مقابلات فردية : ماهي المهارات التي يريدونها ؟
- لاحظ الناس في بيوتهم أو أثناء أعمالهم : هل يبدو أنهم يؤدون أعمالهم على خير وجه ، أم أن هناك مجالا لتحسين ذلك الأداء ؟
- أنظر إلى الواجبات الملقاة على عاتق العاملين الصحيين : فهل تعلّموا جيدا كيف يقومون بتلك الواجبات ؟
- فكِر في المجتمع : هل لديه مشاكل خاصة من شأنها أن يحتاج العاملون الصحيون إلى تعلم مهارات جديدة ؟



من المهم أن يشارك كل أفراد الجماعة في التدريب . وبتنظيم المقاعد في شكل دائرة أو حدوة حصان ، يستطيع الناس رؤية بعضهم بعضاً وتسهل مناقشة الأفكار والخبرات مناقشة جماعية .

- إطلع على التقارير الموضوعة عن البرامج التي نظمتها مؤسستك : هل كانت هذه البرامج ناجحة ؟ وإن لم يكن الأمر كذلك ، فهل يعتقد مديرو البرنامج أن نقص مهارات الموظفين هو سبب الفشل ؟ وما رأيك أنت ؟
- إطلع على المجلات ونشرات الأنباء الصادرة عن الجماعات المهنية المتخصصة كجماعات الممرضات ومفتشي الصحة ، وتحدث كذلك مع المشرفين عليك : ماهي أحدث الأفكار في مجال الرعاية الصحية ؟ ماهو التدريب اللازم لممارسة المهارات الجديدة ؟

أهـــداف التعلـــم

أهداف التدريب

التدريب ، شأنه شأن غيره من برامج التثقيف الصحي ، له هدف معين . والهدف هو السلوك الجديد الذي سوف يتخذه المتدربون عند نهاية برنامج التدريب . والسلوك في هذه الحالة يشتمل على مهارات جديدة . ومن أمثلة أهداف التدريب مايلي :

- فيما يتعلق بعامل صحة المجتمع ، أن يكون قادرا على تنظيف جرح صغير ومعالجته وتضميده .

- وفيما يتعلق بالمدرس ، أن يكون قادرا على توضيح كيف ينظف التلاميذ أسنانهم بالبيان العملي .

الأهـداف الصحـية

بعد أن يتعلم عمال صحة المجتمع والمدرسون وغيرهم من العاملين المحليين مهارات جديدة ، يجب أن يصبحوا قادرين على تقديم خدمات أفضل . ويجب أن تؤدي هذه الخدمات إلى تحسن صحة المجتمع . فتدريب العاملين على تنفيذ برنامج التطعيم مثلا – يجب أن يؤدي إلى تحقيق الهدف الصحي الخاص بتخفيض عدد الأطفال الذين يعانون من الحصبة ، والتهاب سنجابية النخاع (شلل الأطفال) وغير ذلك من الأمراض ، والقضاء على الوفيات بسبب تلك الأمراض .

إشـراك النـاس في وضـع الأهـداف

ينبغي لمن سوف يتلقون التدريب أن يناقشوا مدى حاجتهم للتدريب والأهداف التعليمية . وعليهم أن يتفقوا على مايريدون تعلمه . وبهذه الطريقة يزداد إهتمام الناس بالتدريب وحرصهم عليه ، وتشتد رغبتهم في حضور كل حصص التدريب .

طـرائق التـدريب

ينبغي أن يتيح برنامج التدريب للناس أكبر عدد ممكن من الفرص لممارسة المهارات الجديدة . وعلى هذا فيجب أن تستخدم طرائق التثقيف الصحي التي من شأنها أن تشجع على المشاركة والممارسة .

فالمعينات السمعية والبصرية ، مثل الملصقات والصور التي تعرض بأجهزة العرض ، يمكن أن تقدم معلومات ومعارف أساسية . ولتَعلُم المهارات الفعلية ينبغي استخدام بعض الأساليب مثل العروض الإيضاحية demonstrations ودراسة الحالات والألعاب والتمثيليات إلخ ... ويوجد في الصفحتين ١٩٣ – ١٩٤ مثال للألعاب التثقيفية . وفيما يلي شرح للعروض الإيضاحية ودراسات الحالات والتمثيليات .

العروض الايضاحية

إن العروض الإيضاحية demonstrations طريقة جذابة لمشاركة المهارات والمعارف . فهي تنطوي على مزيج من التعليم النظري والإجراء العملي اللذين يضفيان عليها طابعا حيويا .

الغـــرض

تساعد العروض الإيضاحية الناس على تعلم مهارات جديدة .

حجـــم الجمـــاعة

يمكن استخدام العروض الإيضاحية مع الأفراد وجماعات المتدربين الصغيرة . وحين تكون الجماعة مفرطة الكبر ، لاتتاح لأفرادها الفرصة لممارسة المهارات وتوجيه الأسئلة .

التخطيط للعروض الإيضاحية

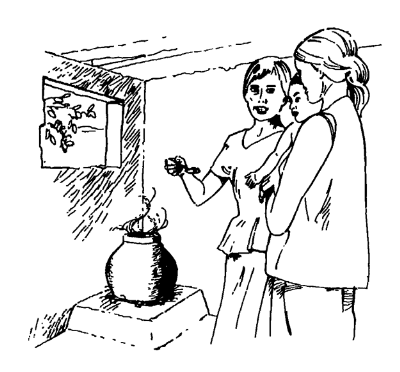
الموضـــوع

تعرّف على المهارات التي يريد الأفراد أو الجماعات أن يتعلموها . وربما كنت قادراً على عرض المهارة عمليا بنفسك . فإن لم تستطع فابحث عن شخص يعرف تلك المهارة ويستطيع مساعدتك فى العرض الإيضاحي .

الأدوات

العرض الإيضاحي شبيه من ناحية ما ، بالاستعراضات العملية . لذلك فإن بعض الأدوات المستخدمة في المعارض – مثل النماذج وغيرها من الأشياء الحقيقية – يمكن أن تستخدم في العرض الإيضاحي . كما يمكن الاستعانة بالملصقات والصور لهذا الغرض .

ويجب أن يكون العرض الإيضاحي واقعياً . فتأكد من أنه متفق مع الثقافة المحلية . وهذا يعني أنه يجب أن تستخدم أدوات ومواد مألوفة لدى المشتركين في تعلم المهارة المعنية . فإن كنت مثلاً تقدم عرضا إيضاحيا عن التغذية ، وكانت النساء في قريتك



تفيد العروض الإيضاحية ، على وجه الخصوص ، عندما تقترن بالزيارات المنزلية . فالمهارات يسهل تعلمها عندما تكون الأدوات المستخدمة فيها هي نفس الأدوات التي يستخدمها الشخص عادة .

يستخدِمْنِ الحطَب للوقود والأواني الفخارية للطهو ، فاستعمل هذه الأشياء ذاتها . ولا تستخدم الأشياء غير المألوفة مثل مواقد الكيروسين والأواني المعدنية . واستخدم أيضاً المواد الغذائية الشائعة . فإن استخدمت في عرضك موادا غريبة لاعهد للناس بها ، فربما يعجزون عن تطبيق المهارات الجديدة في بيوتهم .

ضع قائمة بالمواد والأدوات التي سوف تحتاجها . واحرص على أن تكون تلك المواد والأدوات في متناول يدك عندما يحين وقت استخدامها . وفِّر المواد اللازمة بكمية تكفي لأن يستخدمها شخص أثناء الممارسة .

المـكان

يجب توفير المكان الذي يتسع للجميع بحيث يمكنهم جميعا رؤية العرض الإيضاحي وممارسة المهارة .

الوقـــت

تخيّر الوقت الذي يلائم الجميع . وتأكد من توفير الوقت الكافي لطرح الكثير من الأسئلة وللتمرين على المهمة . فالعرض الإيضاحي لكيفية ترشيح الماء لن يتجاوز عشرين دقيقة . أما العرض المتعلق بتعليم المزارعين كيف يبنون الصوامع لتخزين الغلال فيستغرق بضع ساعات . وفّر الوقت الكافى . فإنك إن أسرعت فلن يتمكن الجميع من المشاركة والتعلّم .

تقـديم العـرض الإيضـاحي

للعرض الإيضاحي أربع مراحل :

اشرح الأفكار والمهارات التي سوف تكون موضوع العرض الإيضاحي . ويمكنك هنا أن تستعين باللوحات والصور ، ويحسن أن ترفع بيديك بعض الأشياء الحقيقية التي ستستخدمها ، ثم مرِّرها على كل شخص ليراها عن كثب ، وشجع أفراد الجماعة على طرح الأسئلة للتأكد من أنهم قد فهموا شرحك .

قدم العرض الإيضاحي ، وتمهل في إجراء كل خطوة الواحدة تلو الأخرى ، وتأكد من أن الجميع يستطيعون رؤية ماتفعله ، وكرّر الشرح طوال العرض . وإذا لم يفهم الحاضرون خطوة من الخطوات أعدها مرة ثانية وشجعهم على طرح المزيد من الأسئلة .

وبعد ذلك ، أطلب من أحد الأشخاص أن يعيد العرض الإيضاحي ، واطلب من أفراد الجماعة أن يبدوا تعليقاتهم أثناء قيامه بذلك .

وأخيراً ، أعط كل فرد الفرصة للممارسة ، وتنقّل بين أفراد الجماعة وتابع عملهم ، وقَدِم إليهم مقترحاتك بشأن تحسين أعمالهم ، ومن المفيد أن تجعل الناس يعملون مثنى مثنى ، حتى يمكنهم تقديم الاقتراحات والمساعدة إلى بعضهم البعض : فيبدأ الفرد الأول من كل ثنائي بممارسة المهارة في الوقت الذي يقوم فيه الثاني بمراقبته والتعليق على مايفعله ، ثم يأخذ الشخص الثاني دوره ويقوم هو بالعمل .

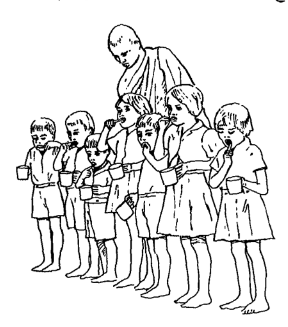
تنظيم سلسلة من العروض الإيضاحية

يقتضي الأمر عادة عقد أكثر من اجتماع واحد لتعليم الناس المهارات . فقم بالإعداد لها بعناية . فيمكنك تدريس بعض الخطوات في يوم ثم تطلب من الحاضرين أن يعودوا

إليك في اليوم التالي أو في الأسبوع التالي . أتح لهم الوقت الكافي لتعلُّم كل خطوة من الخطوات على الوجه الصحيح .

وقد تقدم عرضا إيضاحيا لعمال صحة المجتمع بشأن طرق إصلاح الدراجات وصيانتها ، فعليك أن تفكر في عدد الخطوات أو المهارات التي تتضمنها هذه العملية . فقد يلزمهم معرفة طريقة إصلاح الإطار المثقوب . وعليهم أن يداوموا على تشحيم الجنزير وأن يتعلموا كيف يعيدونه إلى مكانه لو انفلت منه . وليكن تنظيمك لسلسلة العروض الإيضاحية بحيث تقتصر على نشاط واحد فى كل مرة .

وعند بدء تقديم عرض جديد ، أطلب من أحد أفراد الجماعة أن يعيد العرض الذي أجريته في الاجتماع الأخير . فذلك يجعلك تتحقق من أنهم يتذكرون ماشرحته .



بعد أن أوضح هذا العامل الصحي مهارات المحافظة على صحة الفم للتلاميذ عمليا أخذ يراقبهم بدقة ليتحقق من أن كل طفل يعرف كيف ينظف فمه على الوجه الصحيح .

التحـقق مـن النتـائج

تيقن من أن الجميع يستطيعون ممارسة المهارة على الوجه الصحيح قبل أن يغادروا مكان العرض الإيضاحي . فإن كنت تقدم عرضا ، مثلاً ، لطريقة مزج محاليل تعويض السوائل بالفم للأطفال المصابين بالإسهال ، وأضافت إحدى الأمهات كثيراً من الملح

إلى المحلول ، فإنها قد تؤذي بذلك طفلها . فقبل أن تغادر هذه الأم مكان العرض ، تأكد من أنها أصبحت قادرة على أن تبين لك أنها ستستخدم المقدار الصحيح من الملح .

وتفيد زيارات المتابعة في التحقق من تعلم الناس للمهارات . فعن طريق هذه الزيارات يمكنك أن تتبين ما إذا كان الناس قد أصبحوا قادرين بالفعل على ممارسة المهارات التي تعلموها في بيوتهم .

. دراســـات الحـالات

ترتكز دراسات الحالات case studies على الحقائق وتقدم الأحداث كما وقعت في الحقيقة .

الغـــرض

تساعد دراسة الحالات الناس على تعلم كيف يحلون مشكلاتهم . فبالقراءة عن حالة (أو مشكلة) واجهت جماعة أخرى أو مجتمع آخر أو السماع عن تلك الحالة ، يمكن للناس أن يفكروا كيف كانوا يحلون تلك المشكلة لو أنها واجهتهم . كما أنهم يتعلمون مما حققه الآخرون من نجاحات ومما وقعوا فيه من أخطاء وذلك من خلال دراسة الحالة .

حجـم الجمـاعة

رغم أنه يمكنك مناقشة دراسة الحالة مع الأفراد ، إلا أنها تكون أكثر تشويقاً حين تُقرأ وتناقش في جماعة صغيرة . فبهذه الطريقة يشترك كثير من الناس في تبادل الأفكار ، مما يساعد على عملية التعلم .

وتفيد دراسة الحالات إذا استخدمت مع جماعات من تلاميذ المدارس ، أو لجان تنمية المجتمع أو أثناء تدريب عمال صحة المجتمع مثلا .

إختيار دراسة الحالة وكتابتها

بادىء ذي بدء يجب أن تعرف ماهي المشكلات التي يود الناس حلها . ولنفترض أنك تعمل مع لجنة لتنمية المجتمع قررت أن تطور مصدر المياه في القرية . هل يمكنك ، من خلال خبرتك ، أن تفكّر في قرى أخرى حاولت أن تحل هذه المشكلة ذاتها ؟ فإن

كنت لم تشترك في مثل هذه المشروعات من قبل فتحدث مع العاملين الصحيين الآخرين لتتعلم من تجاربهم .

واختر من هذه التجارب عوامل النجاح والفشل . واختر أيضاً تجارب المجتمعات التي تتشابه في ثقافتها مع المجتمع الذي تعمل فيه .

ودَوِّن هذه التجارب لتكوِّن دراسة الحالة . وإذا كانت القرية التي اخترتها لدراسة الحالة على مقربة من مكان عملك ، فبدِّل اسم القرية وأسماء أهلها ، إذ قد يتحرج أهلها إذا علموا أنك تتحدث عنهم مع أهل القرى المجاورة .

وفي دراسة الحالة ، اشرح كل الخطوات التي اُتخذت لحل المشكلة ، فكيف لاحظ الناس المشكلة في بادىء الأمر ؟ وماذا كان سبب هذه المشكلة في رأيهم ؟ ومن الذي اشترك في محاولة حلها ؟ وماهي الأعمال التي خططوها لحلها ؟ وكيف نفذوا هذه الأعمال ؟ هل سارت الأمور على مايرام أم واجهتهم صعوبات ؟ وماذا كانت النتائج النهائية ؟

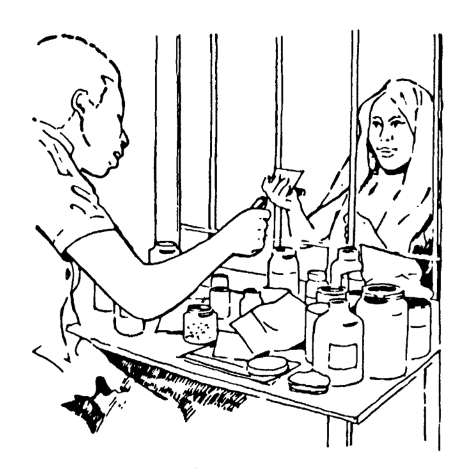
حاول أن تكتب وقائع دراسة الحالة باختصار ، إذ لاينبغي أن تتجاوز دراسة الحالة صحيفتين مكتوبتين بخط يدك . فإن كانت الدراسة أطول من اللازم فقد يعجز الناس عن تذكر تفاصيلها ويختلط عليهم الأمر عند مناقشتها . وتجد في الصفحات ١٧٠ — ١٧٢ دراسة حالة على سبيلَ العينة .

إستخـدام دراسـة الحالـة

إذا كانت الجماعة تستطيع القراءة ، فيمكنك أن تنسخ من هذه الدراسة بضع نسخ ليشاركوك في قراءتها . أما إذا كانت الجماعة غير قادرة على القراءة ، فعليك أن تقرأها أمامهم على مهل . ومن الأفضل أن تعيد قراءتها حتى تتأكد من أن الجميع قد استمعوا إلى نقاطها الأساسية .

وبعد الفراغ من قراءة دراسة الحالة أو سماعها ، شجّع أعضاء الجماعة على البدء في مناقشتها . ويمكنك أن تطرح عليهم بعض الأسئلة الاستهلالية . هل توافقون على الحلول التي وضعها الناس في دراسة الحالة هذه ؟ ماسبب نجاحهم (أو فشلهم) في رأيكم ؟ هل مافعلوه يمكن أن ينطبق على مجتمعكم ؟ ما الذي علينا أن نفعله بطريقة مختلفة عما فعلوه ؟

شجّع كل شخص على المشاركة بأفكاره . ساعد الجماعة على التوصل إلى بعض القرارات عن الأفكار التي يمكن أن يستخدموها لحل نفس المشكلة في قريتهم أو جماعتهم .



يتوافر لدى عمال صحة المجتمع قدر محدود من الأدوية الأساسية يمكنهم من معالجة بعض المشكلات الصحية البسيطة .

نموذج لدراسة الحالة : « تزويد قرية السالمية بالمياه »

يتألف مجتمع السعيدية من عدة قرى . وفي كل قرية منها كان الناس يعانون من الإصابة بمرض ديدان المدينة ، وهو مرض يحمله الماء . فإن شرب الناس ماء ملوثاً بنواقل هذه الديدان ، فقد يجدون – بعد تسعة أشهر أو سنة – أن دودة بيضاء غليظة قد نمت داخل أجسامهم . وتنمو هذه الدودة عادة في أي جزء من أجزاء الجسم يلامس الماء (الأرجل عادة) . وتُحدِث الدودة البالغة

قرحة في الجلد وتندفع من خلاله لتضع بيضها في الماء . وهذا المرض المؤلم ، يتسبب في انقطاع الناس عن أعمالهم أو مدارسهم ، كما أن القرحة قد تتلوث بالكزاز (التتانوس) .

وبعد أن ناقش سكان منطقة السعيدية هذه المشكلة مع المسؤولين في المركز الصحي المحلي ، قرروا تنظيم مشروع للرعاية الصحية الأولية لمكافحة هذه الديدان وغيرها من المشكلات الصحية المحلية .

وأبلغت كل قرية في منطقة السعيدية بمشروع الرعاية الصحية الأولية وأهميته . وطُلِب من كل قرية أن توفد متطوعاً واحداً على الأقل إلى المركز الصحي ليتدرب حتى يصبح أحد عمال صحة المجتمع .

وبناء على ما ذكره قادة ذلك المجتمع من مشكلات ، وضع المسؤولون عن المركز الصحي برنامجاً تدريبياً يشمل الموضوعات التالية :

- توفير مصدر للمياه النقية وهذا يشتمل على التدريب على إنشاء الآبار ، وحماية الينابيع ، وترشيح بسيط للمياه ، مع التأكيد على العون الذاتي .
- الاسعافات الأولية للجروح .
- معالجة المشكلات الصحية البسيطة مثل الحمى والإسهال .
- صحة الطفل وتغذيته .

وقرية السالمية قرية صغيرة تبعد حوالي عشرة كيلو مترات عن مركز السعيدية الصحي . وعندما سمع القرويون نبأ برنامج الرعاية الصحية الأولية ، غمرتهم السعادة والسرور . وكان أربعون شخصاً من كل خمسة وسبعين شخصاً في السالمية مصابين بديدان المدينة . ولذلك رغبوا أن يذهب شخص إلى السعيدية ليتعلم كيف يخلص القرية من هذا المرض .

وعندما سمع عمدة السالمية النبأ ، استدعى أخويه لمناقشة الفكرة معهما ، وقرروا أن يذهب أحد أبناء هذين الأخوين إلى السعيدية ليتلقى التدريب . وكان هذا الابن ، واسمه إبراهيم قد أنهى تعليمه الأوليَّ منذ عدة سنوات وكان فى اعتقاد الرجال الثلاثة أنه ذكي ، وعلى ذلك فهو الاختيار المناسب . ورأوا أيضا أن التدريب قد يفيده في المستقبل .

وعندما أذيع نبأ إيفاد إبراهيم ، لم يسعد سكان القرية بهذا النبأ . فبعض الناس كانوا يريدون إرسال أفراد من عائلاتهم . كما أنهم شعروا بأن إبراهيم صغير السن وأنه سيهاجر إلى المدينة في نهاية المطاف . عندئذ لن يعود عليهم بالفائدة . ولكن قليلاً من الناس هم الذين أفصحوا عن رأيهم ، وهكذا نفذ العمدة قراره . وأرسل ابن أخيه للتدريب .

وعندما عاد إبراهيم ، كان أول ما فعله هو دعوة كبار السن في القرية إلى إجتماع ، وقال لهم إن القرية عليها أن تبني له كوخاً أو حجرة صغيرة بجوار بيت أبيه . وستكون هذه الحجرة هي « عيادته » . وصادف ذلك الوقت موسم الزراعة ، وكان كل الناس منشغلين في أعمالهم ، ومع ذلك وافقوا على القيام بما طلبه إبراهيم . وتمنوا أن تساعده العيادة في أن يُحسن خدمتهم .

واستمتع إبراهيم بمعالجة المرضى . وكان قد حصل من السعيدية على قدر يسير من الأدوية للاستعمال في قريته ، بشرط أن يبيعها بثمن زهيد يسمح له بشراء أدوية تحل محل ماينفد منها . إلا أن إبراهيم آثر نفسه فكان يبيع الأدوية بثمن مرتفع ليستحوذ لنفسه على الربح الفائض . وفي أول الأمر لم يتظلم الناس ، لأنهم كانوا لايعرفون ما يفعله العاملون الصحيون الآخرون في القرى المجاورة .

وعمل إبراهيم على بيع مالديه من أدوية بسرعة ، كي يذهب إلى السعيدية لشراء المزيد . وكان يمكث هناك بالأسبوع ، أو يذهب إلى المدينة ، ويمتع نفسه بمارنجه من بيع الأدوية .

وبعد عدة شهور ، علم أهل قرية السالمية من أصدقاء لهم – بما يفعله العاملون الصحيون الآخرون في القري المجاورة . فمعظم هؤلاء العاملين كانوا قد شرعوا فعلاً بالجهود الذاتية في حفر الآبار وحماية الينابيع . ولم يطلب أي منهم من مجتمعهم بناء عيادة . وكان الجميع يبيعون الأدوية بأسعار زهيدة . ولايمكث أحدهم بعيداً عن قريته مدة طويلة ، إذ كانوا كلهم يعودون إلى قراهم في نفس اليوم بعد مايتسلمون مؤونتهم من الأدوية .

وشعر أهل قرية السالمية بالحزن والألم لأنهم لم يستفيدوا من مشروع الرعاية الصحية الأولية .

التعلم من دراسة الحالة

إن دراسة حالة case study كتلك يمكن استخدامها مع قادة القرية لمساعدتهم على تعلّم حسن اختيار عمال صحة المجتمع واستخدامهم . ويمكن مناقشة هذه الدراسة مع عمال صحة المجتمع أنفسهم لمساعدتهم على تعلم أفضل طريقة للتصرف والعمل في مجتمعاتهم .

وفيما يلي بعض الأسئلة التي قد تطرح في المناقشة :

- ماذا أصاب البرنامج من أخطاء ؟
- ماذا كان في مقدور عمدة السالمية أن يفعله خلاف ما فعله ؟
- ما الذي كان ينبغي للقرويين المعارضين أن يفعلوه منذ البداية ؟

- ماهي أفضل طريقة لاختيار عامل صحة المجتمع ؟
- ماهي المؤهلات التي يجب أن تتوافر في عامل صحة المجتمع ؟
- ما الذي ينبغي لأهل قرية السالمية أن يفعلوه الآن ؟

ويمكنك ، على أساس الأفكار التي برزت أثناء المناقشة ، إعداد مشهد لتمثيل الأدوار . فيمكن للناس أن يقوموا بأدوار العمدة وأخويه وإبراهيم وعدد من القرويين الآخرين . ويمكن أن يعد مشهد يبين الأسلوب الذي كان يمكن اتباعه في تنظيم مشروع جيد للرعاية الصحية الأولية . ويعد مشهد آخر يبين طرق تحسين الوضع الذي وجد أهالى السالمية أنفسهم فيه .

تمثيـــل الأدوار

تمثيل الأدوار role playing هو تمثيل أوضاع ومشاكل الحياة الواقعية .

وفي تمثيل الأدوار يتلقى الممثل وصفا للشخصية التي يتقرر قيامه بتمثيلها . ومن هذا الوصف يرتجل الممثل الأداء والحوار كما يوحيه المشهد في تقدمه . ويحاول الممثل التصرف بالأسلوب الذي يمكن أن تتصرف به الشخصية عندما تواجه بوضع معين أو مشكلة معينة .

ويتصرف المشتركون بطريقة طبيعية ، ليس غير ، بحيث تتطور أدوارهم مع تقدم التمثيلية .

وفي تمثيل الأدوار يتطوع بعض الناس لأداء الأدوار . ويتابع الآخرون الممثلين باهتمام بل إنهم قد يقدمون اقتراحات للممثلين . وقد يقرر بعض النظارة الإشتراك في التمثيل .

وبعد إنتهاء التمثيلية ، يقدم كل من الممثلين والنظارة تعليقاتهم وردود أفعالهم . عندئذ ، يأتي دورك الهام في توجيه المناقشة . فسل الممثلين أسئلة كهذه : ماذا كان شعورك وأنت تمثل هذا الدور ؟ هل أنت راضٍ عما آل إليه الوضع الذي كنت تمثله ؟ هل كان في إمكانك أن تفعل غير ما فعلت لتصل إلى نتيجة أفضل ؟ ثم أطلب من الجمهور أن يدلي بآرائه . فهذه المناقشة تساعد الناس على تعلم شيء من التمثيلية .

الغـــــرض

من خلال تمثيل أوضاع الحياة الواقعية يفَهْم الناس أسباب مشكلاتهم ونتائج سلوكهم فهماً أفضل . كما أن تمثيل الأدوار يمكن أن يساعد الفرد على استكشاف طرق لتحسين علاقاته مع الآخرين وكسب تأييدهم له في جهوده من أجل الحياة حياة أوفر صحة .

وهناك غرض آخر من تمثيل الأدوار هو صقل الناس بخبرات التواصل والتخطيط وإتخاذ القرار . وأخيراً ، فإن تمثيل الأدوار يساعد الناس على إعادة النظر في مواقفهم وقيمهم . كما أننا نتعلم الكثير عن سلوكنا أثناء تمثيل الأدوار . ويمكننا أن نكتشف كيف تحُث مواقفنا وقيمنا على التعاون على حل المشكلات أو على العكس من ذلك ، كيف تَخلُق تلك المواقف والقيم المشكلات .

حجـــم الجمـــاعة

يقوم تمثيل الأدوار عادة على الجماعات الصغيرة . إذ يمكن أن يقوم بتمثيل الأدوار العامل الصحي بالاشتراك مع شخص أو شخصين . فقد يأتي شخص إلى العامل الصحي على انفراد ، فيطلب منه الأخير أن يقوم بتمثيل مشكلته بحيث يعرض دوره الحقيقي في الحياة ، بينما يمثل العامل الصحي دور أحد الشخصيات الهامة في حياة ذلك الشخص .

الوقـــت

ينبغي أن يستغرق تمثيل الأدوار حوالي عشرين دقيقة ، وإذا كانت أحداث التمثيلية شيّقة والجمهور مهتم بها فدع التمثيل يتواصل . لكن عليك أن توقف التمثيل : (أ) عندما يتمكن الممثلون من حل المشكلة المعروضة عليهم ، (ب) أو عندما يتحير الممثلون ويتعذر عليهم حل المشكلة أو (ج) إذا بدا الملل على الجمهور .

بعد ذلك اسمح لهم بمدة ٢٠ – ٣٠ دقيقة أخرى للمناقشة . فالمناقشة تساعد الناس على التركيز على المسائل المهمة في التمثيلية . وإذا كانت المناقشة حامية ومثيرة فاسمح لها بالاستمرار وقتاً أطول . وربما تقترح إعادة التمثيلية لتجرب الاقتراحات التي تمخضت عن المناقشة .

اهتمــامات أخــرى

يؤدي تمثيل الأدوار وظيفته خير أداء عندما يعرف الناس بعضهم بعضا وتتوافر الثقة فيما بينهم . فقبل أن تشرع في تمثيل الأدوار مع شخص ما ، تأكد من أنك أقمت علاقة طيبة معه . وإذا اشتركت في التمثيلية جماعة من الناس فتأكد من أن أفرادها قد التقوا بعضهم ببعض عدة مرات لتضمن أنهم متعارفون .

وينطوي تمثيل الأدوار على شيءٍ من المخاطرة . فحيث إننا لانعرف النتيجة التي سينتهي إليها تمثيل الأدوار فإن الممثلين يتصرفون بطريقة مجهولة العواقب . فلا تطلب من الناس أن يقوموا بأدوار تشعرهم بالحرج . وبعض الناس لايتحمس للحديث العلني أمام الجماعات وربما يخشى ذلك . فلاتجبر هذا النوع من الناس على التمثيل . ودعهم يشاهدون تمثيل الأدوار عدة مرات وانظر هل أصبحوا أكثر شجاعة وحماسا من ذي قبل .

نموذج لتمثيل الأدوار

السيدة سلمى هي ممرضة المجتمع المحلي . وقد انشأت نادياً للأمهات في إحدى القرى . وتجتمع عضوات النادي مرة كل شهر في المركز الصحي لمناقشة المسائل المتعلقة بتنشئة الأطفال ، ولتعلّم مهارات جديدة . وذات يوم أقبلت ثلاث من الأمهات على السيدة سلمى ، وسألتها عما إذا كان من الممكن أن تجتمع عضوات النادي في المدرسة الابتدائية المحلية في ذلك الشهر . وقلْن إن المدرسة أقرب من المركز إلى بيوت معظم الأمهات . ورأت السيدة سلمى في أعينهن أن هناك أسباباً أخرى محتملة لطلبهن تغيير المكان . وقررت أن لا تسأل أيّ أسئلة في ذلك الوقت ووافقت على التغيير المقترح . وعندما اجتمعت عضوات النادي في المدرسة أخبرن السيدة سلمى بمشكلاتهن . فقلْن إن الموظفين في المركز الصحي لايعاملونهن بلطف . فأحياناً يتلكأ الموظفون في تسجيل الأمهات فيطول انتظارهن . وإذا طلبت الأمهات بطاقاتهن ، فإنهم لا يحسنون الرد ويأمروهن بالانصراف إلى منازلهن إن لم يردن الانتظار . وزعمت الأمهات أن الممرضات كن ينهرنهن عندما لايزيد وزن أطفالهن بالمعدل المطلوب . فكل ماكانت تفعله الممرضات هو إصدار الأوامر ولم يقدمن لهن أي ارشاد أو توجيه . وإذا استفسرت أم عن شيء ، قالت الممرضة إنها جد مشغولة . وأخيراً ، كان موظفو الصيدلية يعملون على تعطيل الأمهات . وكان الصيادلة يصرفون الدواء لأصدقائهم خلال خمس دقائق ، بينما تظل الأمهات منتظرات لمدة ساعة أو يزيد . وحتى إذا حصلن على الأدوية فإنهن لايجدن إلا نصف الكمية المقررة لهن . وإن تظلمت الأمهات ، قيل لهن « إذهبن واشترين الدواء من مكان آخر » .

والآن أدركت السيدة سلمى لماذا طلبت الأمهات الاجتماع في المدرسة ، إذا أنهن كن خائفات من موظفي المركز الصحي . وكن لايردن أن يُبحن بالشكوى في مكان يُحتمل أن يَسترق السمع فيه شخص ما .

وقررت سلمى أن تستخدم أسلوب تمثيل الأدوار مع هؤلاء الأمهات لتساعدهن وتساعد نفسها على معرفة المزيد عن المشكلة . وبدأت بشرح طريقة تمثيل الأدوار role playing للأمهات وسألتهن عما إذا كن يردن تجربتها . ووافقت الأمهات جميعاً . وبدأت بعرض المشكلات القائمة بين الأمهات وبين كتبة السجلات . وحيث إن المركز الصحي كان به كاتبان ، فقد طلبت سلمى أن تتطوع إثنتان من الأمهات لتمثيل دوري الكاتبين . وطلبت من بقية الأمهات أن يمثلن أدوارهن في الواقع . وحركت الأمهات بعض المناضد إلى جوار بعض وتخيلن أنهن في مكتب السجلات ، وبدأ تمثيل الأدوار على النحو التالي :

الأم الأولى : (تتقدم نحو كاتب السجلات) : إننى أحتاج إلى بطاقتي ، فطفلي مريض جداً ، ويتقيأ منذ البارحة .

الكاتب الأول : إذا كان الطفل مريضاً بهذه الدرجة ، فلماذا لم تحضريه بالأمس ؟ إنتظري ، فسأحضرلك البطاقة (ويخرج الكاتبان من المكتب) .

الأم الثانية : (تتقدم ، فلاترى أحداً على مكتبه) ماذا ؟ أما من أحد هنا ؟ إن ابني مريض وأريد بطاقتي .

الكاتبالثاني : (يصيح من خارج حجرة المكتب) ألا تطيقون الانتظار أيها الناس ؟ إننا نبحث عن بطاقة الأم الأولى .

الأم الثانية : وهل يقتضي الأمر أن يقوم رجلان كبيران بالبحث عن بطاقة صغيرة واحدة ؟

الكاتب الأول : يمكنك العودة إلى بيتك إن لم تستطيعي الانتظار .

الأم الأولى : لقد انتظرت بالفعل مدة طويلة جداً . إن الحكومة تدفع لك مرتبا مجزيا . وعليك أن تعمل في مقابله . وليت زوجي يتحصل على مثل راتبك .

الكاتب الثاني : ليس ذنبي أنك تزوجت رجلاً فقيراً .

الكاتب الأول : (أخيراً ، يُحضر البطاقة ، وكانت مجرد ورقة صغيرة ألقاها على المائدة بغير اكتراث حتى سقطت على الأرض وقال للسيدة) هذه هي ، خذي .

وتستمر التمثيلية على هذا المنوال بعض الوقت مع تقدم عدد من الأمهات للحصول على بطاقاتهن . وكانت عباراتهن شبيهة بتلك التي قالتها الأمَّان الأوليان . ثم أوقفت الممرضة التمثيلية حتى تتمكن الأمهات من مناقشة ماشاهدنه . ودارت المناقشة على النحو التالي :

مناقشة تمثيلية الأدوار

المرضة : هل تسمح الأمهات اللتان قامتا بدوري الكاتبين أن تخبرانا ماذا كان شعورهما عند أداء دوري الكاتبين .

الكاتب الثاني : لم أكن سعيدة بهذا العمل . فهذه الأم الثانية لم تكن مهذبة . لذلك لم أرحب بالبحث عن بطاقتها .

الأم الثانية : ولماذا أكون مهذبة مع هذين الكاتبين ؟ أنهما يصغراني سنا ، ويتقاضيان راتباً ضخماً للقيام بهذا العمل .

المرضة : هل يكفي أن نكون مهذبات مع كبار السن وحدهم دون غيرهم ؟

الأم الثالثة : لقد علمتني أمي أن أكون مهذبة مع الناس كافة . وأنت لا تعرفين أين تقابلين الناس في هذه الحياة . والأدب مع الناس سيعود عليك بالفائدة .

الأم الأولى : ألا ينبغي للكتبة أن يبدأوا هم بمعاملتنا بأسلوب مهذب ؟ إن أحداً منهما لم يقلّ : « صباح الخير » ولا « كيف حال طفلك » ؟

الكاتب الأول : أظن أننا كنا مشغولين ونسينا أن نحييك ، وما كان لكِ أن توجهي إلينا الإهانة ، لقد أوحى موقفك بأننا أحمقان عندما لم نعثر على البطاقة بسرعة ؟

الأم الرابعة : أعتقد أنكم جميعاً كنتم تهينون بعضكم بعضا . واعتقد أننا يمكن أن نتصرف بطريقة أفضل من ذلك . فإن انتظرنا أن يبدأ الآخرون بالمعاملة الحسنة ، فربما يطول انتظارنا . وعلينا أن نحاول أن نكون ودودات ومهذبات . ولعلنا بذلك نُلقّن الكتبة درساً في كيفية التعامل مع الناس .

المرضة : مارأيكن في هذا القول الأخير ؟

أومأت الأمهات برؤوسهن للدلالة على الموافقة ، وقال بعضهن « نعم ، هذا صحيح » .

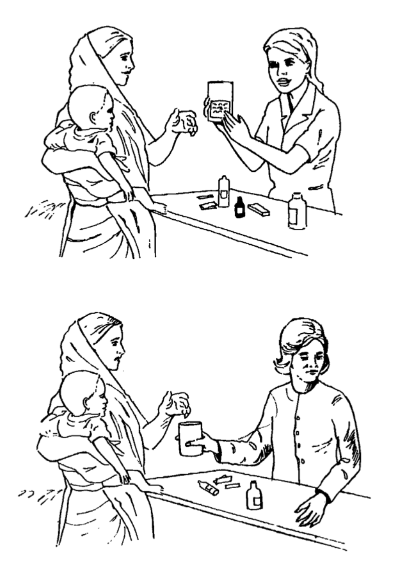
ومع استمرار النقاش ، وافقت الأمهات على أن يكُن أكثر تهذيباً مع الكتبة ، حتى لو لم يبدأوهم بالكلام المهذب .

وأعادت الأمهات التمثيلية حيث قامت بها متطوعات أخريات . وتحسنت الأمور في هذه التمثيلية الأخيرة عندما حاولت الأمهات أن يكُنّ مهذبات .

وبقيت هناك مسألة أخرى . قالت الأمهات إن الكتبة قد بدأوا في سوء التصرف منذ سنين عدة . ولهذا صارت الأمهات ، أيضاً ، أكثر خشونة . وأردْنَ أن يقوم أحد الأشخاص بالتحدث مع الكتبة في شأن هذه المشكلة . ووافقت المرضة أن تقوم هي بهذه المهمة ، وأن تقابل الكاتبين .

وقررت الأمهات أن ينتظرن حتى الاجتماع القادم قبل مناقشة المشكلات مع الصيادلة والممرضات . فإن حدث تحسن بينهن وبين الكتبة ، فسوف يحاولن حل المشكلات الأخرى .

وأوفت الممرضة بعهدها وقابلت الكاتبين . ولم تخبرهما ، على الفور ، عن مشاعر الأمهات ، فربما أثار ذلك غضبهما . فحدثتهما ببساطة عن أعمالهما . وسألتهما : « هل أنتما راضيان عن أعمالكما ؟ » ، « ما الذي تجبانه في هذه الأعمال ؟ » « ماهي المشكلات التي تواجهكما ؟ » .



من خلال تمثيل الأدوار ، يمكن تصوير أنواع السلوك الإيجابي والسلبي . وما تحدثه من أثر . فعلى سبيل المثال ، يرجح أن يأخذ المرضى أدويتهم بطريقة صحيحة وبشوشة لو تلقوا شرحاً عنها باهتمام مما لو قُدِمت لهم باستهتار وبلامبالاة .

وقال الكاتبان إن عملهما لابأس به بمقارنته بغيره من الأعمال الحكومية ، ولكنهما يعانيان من عدم قدرتهما على الانفاق على أسرتيهما بذلك الراتب الضئيل . واشتكى كل منهما من أن المرضى يطلبون منهما أشياءً فوق طاقتهما . وكان الكاتبان يشعران أن الناس من حولهما لايحبونهما لأنهما من منطقة غير منطقتهم .

واكتشفت الممرضة كثيراً من الأمور في ذلك اليوم . فقد عَلِمت أن الأمهات والكاتبين لم يفهموا بعضهم بعضا فهماً جيداً . فمثلاً ، كانت الأمهات تعتقدن أن الكاتبين ثريان لأنهما موظفان تابعان للحكومة . ويعتقد الكاتبان أن الأمهات لا يحببنهما لأنهما قادمان من منطقة أخرى . وسألت الممرضة الكاتبين عما إذا كانا يرغبان في القيام بتمثيل الأدوار وذلك لتعرف كيف يمكنهما أن يعاملا المرضى بطريقة أفضل . ووافق الكاتبان . وافترضت الممرضة أنها أم . وتصرفت بنفس الطريقة التي تصرفت بها الأمهات في تمثيلية الأدوار . وطلبت الممرضة من أحد الكاتبين أن يتخيل نفسه أماً . وما أن انتهت التمثيلية والمناقشة حتى تحسن فهم الكاتبين للمشكلة . وأدركا أن في إمكانهما أن يصبحا أكثر تهذيبا . وأدركا أيضاً أنه حين تقلق الأم على ابنها المريض ، فإنها أحياناً تنسى أن تتصرف كما ينبغي .

وعندما عقدت الأمهات الاجتماع التالي ، قدمن الشكر إلى الممرضة . وقلن إنهن لاحظن تحسناً هائلاً في سلوك الكاتبين . وقالت إحدى الأمهات إنها عندما أصبحت ودودة مع الكاتبين ، تزوج أحدهما قريبة لها . ومنذ ذلك الوقت أصبحت تدعو ذلك الكاتب وعائلته إلى بيتها . كما أن الكاتبين قالا للممرضة أنهما لاحظا تحسناً هائلاً في معاملة الأمهات لهما .

عن طريق استخدام تمثيل الأدوار role playing ساعدت الممرضة الناس على تغيير مواقفهم ، وعلى تعلّم مهارات جديدة في التواصل والتعامل مع الغير . وهكذا غيّرت سلوكهم .

إجتمع مع عاملين صحيين آخرين ومع عاملين في تنمية المجتمع وحددوا معاً مشكلة معينة وقوما بأداء تمثيلية حول هذه المشكلة . وليس من الضروري أن تكون هذه المشكلة مشكلة شخصية لديك . إذ يمكن أن تكون مشكلة عامة في القرية . تعرّف على متطوعين للقيام بالأدوار المختلفة . تمرنوا عدة مرات حتى تعرفوا النحو الذي ينبغي أن يكون عليه تمثيل الأدوار . وبعد التمرين مع مجموعة من الناس المعروفين لديك ، حاول أن تستخدم طريقة التمثيل مع مجموعة من المرضى أو من أفراد المجتمع .

حلقة تدريب جماعي

التخطيط

يلزم تذكر عدة عوامل هامة . فبينما يمكنك بالتأكيد مساعدة الناس على اكتساب مهارات ومعارف جديدة ، فإنك قد لا تحيط بكل ما يريد المشتركون معرفته . ولعلك تحتاج إلى الاستعانة بالأشخاص المرجعيين الذين يتمتعون بمهارات ومعارف خاصة وفي مقدورهم نقلها للآخرين .

ما طول المدة التي يستغرقها تعلم الناس للمهارات الجديدة ؟ لاتنس أن تتيح لكل فرد الوقت الكافي لممارسة ما تعلمه . إن بعض برامج التدريب يستغرق بضعة أيام ، وبعضها الآخر يستمر أسبوعا أو شهرا وربما أكثر من ذلك . وهذا يتوقف على مقدار الاحتياجات المطلوب تعلمها .

لابد أن يكون الوقت مناسباً للمتدربين . هل في إمكانهم أن يحصلوا على أسبوع إجازة من عملهم ؟ وهل في استطاعتهم أن يلتقوا مرة واحدة في الأسبوع ؟ وأيهما أفضل : وقت النهار أم وقت المساء ؟

إبحث عن المكان المناسب بحيث يسع كل المتدربين . وتأكد من أن المكان مريح وبه تسهيلات لتناول الطعام وقضاء الحاجة والنظافة . إبحث عن المكان الذي يسهل على المتدربين جميعاً الوصول إليه . وربما يكون في إمكانك استخدام المدرسة أو قاعة الاجتماعات المحلية دون أن تدفع في مقابل ذلك أجرا .

وربما تدعو الحاجة إلى بعض المواد التعليمية مثل الملصقات وأجهزة العرض والصور . كذلك يحتاج المتدربون إلى مواد يستخدمونها في ممارسة مهاراتهم الجديدة .

ويجب الحصول على هذه المواد قبل البدء في التدريب بوقت كاف . استخدم المواد التعليمية التي يمكنك أن تصنعها بنفسك كلما أمكن ذلك . حاول أن تعد البرامج التدريبية مستخدماً المواد والموارد المتاحة محلياً .

والآن ماذا عن وسائل الانتقال والسكن ؟ فهل هي مطلوبة لحلقتك التدريبية هذه بالذات ؟ إبحث عن أشخاص مستعدين لنقل وإسكان من تدربهم .

وإذا احتاجت الحلقة لبعض المال فربما أسهم المتدربون أو الهيئات المحلية فى تدبيره . ويجب أن تحفظ حسابات الأموال الواردة للبرنامج بدقة وعناية حتى يكون واضحا من أين جاءت وفي أي شيء أنفقت . تذكّر أن الناس سوف يسرّهم أن يقدموا اسهامات جديدة في المستقبل إذا ما قدمنا لهم الشكر على ما أسهموا به . وعلى أية حال يجب عليك أن تعرب عن تقديرك وشكرك للدعم الذي تتلقاه .

إدارة الحلقــة التدريبيــة

أعر اهتمامك للعلاقات الإجتماعية ، وذلك بأن تتأكد من أن كلاً من المتدربين والمدربين يعرفون بعضهم البعض ومن ثمّ سيعملون معاً على نحو أفضل .

استعرض مع المتدربين الأهداف والأنشطة المقترحة في مستهل حلقة التدريب . فهذه فكرة طيبة حتى لو كنت قد أشركتهم في التخطيط . وتأكد من أن الخطة مقبولة وأطلب منهم أن يقترحوا ما يرونه من تعديل . وإن سمح لك الوقت والإمكانيات الأخرى ، أجرِ التعديلات التي يرغبون فيها ، ولكن تأكد من أنهم جميعاً يوافقون على هذه التعديلات .

وللتشجيع على المشاركة لابد من أن تكون الكلمة الأولى في سير التدريب للمتدربين ، وأن يظهروا مهاراتهم ، ويسهموا بأفكارهم وخبراتهم ، ويقدموا اقتراحاتهم لتحسين البرنامج وذلك في جميع مراحله .

ويجب أن يكون برنامج التدريب مرناً . وهذا يعني أن يكون المدربون على استعداد لإجراء تعديلات عليه في أي وقت ضمانا لنجاح البرنامج .

تقــيم التــدريب

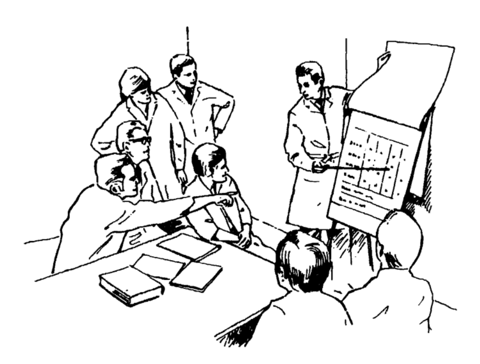
يجري التقييم طوال البرنامج . وفيما يلي أسئلة تساعدك على التفكير في طريقة تقييم البرنامج :

- أثناء جلسات التدريب : هل يسير كل من تعلم المهارات وتوفير الموارد كما كان مُخطَطاً له ؟
- في نهاية البرنامج : هل يستطيع جميع المتدربين ممارسة المهارات التي تعلموها ؟

- بعد التدريب : هل المتدربون قادرون على استخدام المهارات الجديدة في المجتمع المحلي ؟
- هل حدث تغيير في السلوك الصحي لأفراد المجتمع ؟

فكّر في برامج التدريب التي حضرتها . هل كان لكل هذه البرامج أهداف تثقيفية واضحة ؟ هل اشتركت دائماً في تحديد احتياجات التدريب ؟ هل سمحت لك المواد والأساليب التثقيفية المستخدمة بالحصول على مزيد من الخبرة عن المهارات الجديدة ؟ ماهي المشاكل التي تعتقد أن منظمي التدريب قد واجهوها ؟

ماهو أحسن برنامج تدريبي حضرته ؟ ما الذي جعله كذلك ؟ وماهو أسوأ برنامج تدريبي حضرته ؟ ولماذا كان سيئاً ؟ ما الذي كان في الإمكان عمله لتحسينه ؟



يجب أن تطبق في برامج التدريب نفس الطرائق التي يُتوقع من العاملين بالرعاية الصحية استخدامها فيما بعد على صعيد المجتمع . إن عرض المشكلة بوضوح ، وإسهام المشتركين في مناقشة الأفكار والحقائق ، واقتراح الحلول الواقعية – كلها تؤدي إلى حُسن المشاركة والعمل .

الفريـــق الصحـــي

ماهــو الفــريــق ؟

الفريق team هو نوع خاص من الجماعات ، له غرض أو هدف شأنه في ذلك شأن الجماعات الأخرى . ولكل عضو من أعضاء الفريق مهارات ومسؤوليات خاصة . ومن الضروري أن يعمل كل أعضاء الفريق معاً وان يتعاونوا إذا ما أُريد للفريق أن ينجح في أداء مهامه .

ومن أمثلة الفرق فريق كرة القدم . فلكل من الأحد عشر لاعباً مسؤوليته عن جزء معين من أجزاء الملعب . وما لم يحسن كل لاعب على حدة الاضطلاع بمسؤوليته فيحتمل أن لا يحرز الفريق أي هدف . فليس هناك عضو من أعضاء الفريق أكثر أهمية من الأعضاء الآخرين .

صحيح أن رجلاً واحداً هو الذي يركل الكرة في داخل المرمى ، لكن لو أن الأعضاء الآخرين لم يقوموا بدورهم ، لما سنحت الفرصة لهذا الرجل لتسجيل الهدف .

أعضـــاء الفريــق الصحـــي

إن هدف أو غرض الفريق الصحي هو المحافظة على صحة المجتمع الذي يقوم هذا الفريق على خدمته وتحسينها . ولتحقيق هذا الهدف ، يتكون الفريق الصحي من أعضاء مختلفين مُدَرَّبين على مهارات خاصة . فكّر في هيئة العاملين في المركز الصحي ، أو في المستوصف أو العيادة المحلية ، فقد تتكون من : ممرضات ، ومفتشي صحة عامة ومساعدين صحيين وكتبة سجلات وصيادلة وقابلات ومعاونين طبيين وعمال صيانة .

ويجب أن يعمل كل هؤلاء الأشخاص معاً لضمان وصول الرعاية الصحية إلى أفراد المجتمع .

إن الطبيب ، بطبيعة الحال عضو من أعضاء الفريق الصحي ، ولكن ليس في كل من المراكز الصحية أو العيادات طبيب متفرغ . فكثير منها لايزورها الطبيب إلا مرة في الأسبوع أو في الشهر . والمرضى الذين لايمكن معالجتهم في المركز الصحي يحالون إلى أقرب مستشفى حيث يكون الفريق الصحي بها أكبر عدداً وربما يتكون من : أطباء وممرضات وقابلات وفنيي مختبر وفنيي أشعة ومعاوني مستشفى .

وأما المستشفيات الأكبر حجماً من ذلك فقد يكون من بين العاملين فيها أيضاً : أطباء أسنان ، واختصاصيو علاج طبيعي ، وصيادلة واختصاصيو تثقيف صحي ، وإداريون ، وباحثون إجتماعيون .

مسـؤوليات أعضـاء الفريـق الصحيـة

لننظر في مثال لبرنامج صحة الطفل في المركز الصحي المحلي . إن هيئة الممرضات تفحص الأطفال المعافين والأطفال المرضى على السواء لتطلع على حالة نموهم . والممرضات يعالجن بعض الأطفال المرضى ويحوّلن البعض الآخر إلى الأطباء . ويقدّمن الخدمات الوقائية مثل التطعيم . ويقدم الصيادلة الأدوية للأطفال المرضى ويحتفظون بإمدادات من اللقاحات للوقاية من الأمراض .

أما القابلات فيعملن على مجيء الأطفال إلى هذا العالم أصحاء ، عن طريق رعاية الحوامل والتوليد المأمون . وبعد ذلك تتابع القابلات الأطفال منذ بدء نموهم . وأما كتبة السجلات فيحفظون السجلات في انتظام حتى يمكن الاطلاع بسهولة ويسر على بيان التاريخ الصحي للأطفال ومدى تقدمهم .

ولابد أن تكون البيئة التي يعيش فيها الأطفال صحية . ولذلك فمن خلال الزيارات المنزلية والمشروعات المجتمعية ، يعمل مفتش الصحة العامة على صيانة البيئة الصحية في المجتمع . أما عمال الصيانة في المركز الصحي أو في العيادة فهم ملزمون بأن يكون المكان نظيفاً ولائقاً لاستقبال الزائرين .

وما هذه المسؤوليات التي ذكرناها إلا قليل من كثير مما يضطلع به كل عضو من أعضاء الفريق الصحي . وجميعها مهمة لتحسين صحة الطفل . والوضع مماثل في أي برنامج صحي .

قيادة الفريق والتعاون بين أعضائه

الفرق شأنها شأن الجماعات الرسمية لها قادة أو رُوَّاد . ومع هذا فهؤلاء القادة لايُنتخَبون ، ولا يرثون مناصبهم . وقد يتغير القائد من وقت إلى آخر . وهذا يتوقف على طبيعة المشروع .

وفيما يتعلق بالعمل الإداري المعتاد للفريق الصحي ، فإن قدامى الممرضات أو موظفي صحة البيئة ذوي الخبرة هم الذين ينظمون أعمال الفريق الصحي في المركز الصحي . أما إذا وُجد طبيب فهو الذي يضطلع عادة بهذه المسؤولية .

ويتوقف نوع القيادة في المشروع على طبيعة ذلك المشروع . فإذا كان المشروع يهتم في المقام الأول بصحة الحوامل ، فمن الطبيعي أن تتولى القابلة أو الممرضة قيادة وتوجيه جهود الفريق . وأما إذا كان المشروع يختص بصحة البيئة ، فإن من يتولى القيادة فيه هو المراقب الصحي ، أو المفتش الصحي أو الملاحظ الصحي .

إن كل ماذكرناه حتى الآن عن المشاركة في تحمل المسؤوليات والتعاون يدخل في نطاق المثاليات . فالفريق الصحي لايعمل دائماً بطريقة مثالية . وبينما يلعب فريق كرة القدم متحداً دائماً ، فإن أعضاء الفريق الصحي أحياناً يميلون إلى العمل منفردين . ويكون الأمر مؤسفا حقاً حين لا يشاركون بعضهم البعض في الخبرات ولا يطلبون العون من أعضاء الفريق الآخرين .

لذلك يمكن الاستعانة بطرائق التثقيف الصحي ومهاراتها في الحث على تحسين العمل ضمن الفريق الصحي . فعلى كل عضو من أعضاء الفريق أن يحاول إقامة علاقات واتصالات طيبة مع غيره من أعضاء الفريق . وعندما تكون هناك مشروعات لابد من تنفيذها ، يجب إيجاد السبل التي تؤمّن مشاركة وإسهام جميع أعضاء الفريق كل بخبرته الخاصة .

فجماعات المناقشة والإجتماعات (انظر القسم التالي عن إدارة الإجتماعات) ، هي طرائق تفيد في مساعدة الفريق الصحي على إعْداد البرامج وتقييمها . ومن خلال الإجتماعات المنتظمة يمكن تقييم مدى تقدم العمل وتنمية العلاقات بين الأعضاء ، والتعرف على المشكلات الجديدة وحلها .

عندما يجتمع الفريق ، لاحظ سلوك الأعضاء ، بما في ذلك سلوكك أنت . هل يفضي هذا السلوك إلى تكوين جماعة فعالة وناجحة ؟ تذكر اللجنة الاتحادية الصحية ولجنة التقدم الصحي اللتين تحدثنا عنهما في الصفحات ١٢٥ - ١٢٧ .

فإن عَمِل الفريق الصحي بنفس الأسلوب الذي عملت به اللجنة الاتحادية ، فلن يحقق هدفه في تحسين صحة المجتمع ، وفي مقدور مهارات التثقيف الصحي أن تَحُثّ

على إيجاد سلوك ناضج لدى أفراد الجماعة مثل ذلك السلوك الذي كان يتحلى به أعضاء لجنة التقدم الصحي .

واجبات أعضاء الفريق الصحي في مجال التثقيف الصحي

يتيح الفريق الصحي فرصة مناسبة يستطيع الأعضاء فيها أن يعملوا معا من أجل تحسين مهاراتهم في مجال التثقيف الصحي . ويمكن لهذه المهارات أن تساعد على تحسين نوعية عمل الفريق . ولابد من استخدام هذه المهارات كذلك عندما يقوم الفريق بتنفيذ أي برنامج . وأثناء إجتماعات الفريق يمكن للأعضاء أن يتفقوا على من يتولى مسؤولية كل جانب من جوانب التثقيف الصحي .

ففي برنامج صحة الطفل ، يمكن للممرضات أن ينظمن برامج للجماعات غير الرسمية خاصة بالأمهات اللائي يترددن على العيادة . كما يمكنهن تقديم المشورة على أساس فردي للأمهات والأطفال ذوي المشكلات . ويمكن لموظفي صحة البيئة أن ينظموا إجتماعات ومشروعات مجتمعية . أما الصيادلة فيمكنهم تثقيف المرضى فيما يتعلق بالأدوية الموصوفة لهم حتى يمكنهم تناولها بطريقة صحيحة .

فكِّر في أنشطة تثقيفية أخرى يمكن أن تناسب كل عضو من أعضاء الفريق الصحي .

إفترض أنك تنظم برنامجاً صحياً لكل فئة من هذه الفئات في مجتمعك : (١) صغار الشباب ، (٢) وكبار السن (٣) والمزارعين . وماهي المسؤولية المتوقعة لكل عضو من أعضاء الفريق الصحي في كل من هذه البرامج ؟ وماهي الواجبات الصحية المتوقعة من كل عضو ؟ كيف يمكن إشراك العاملين الآخرين في تنمية المجتمع في مثل هذه البرامج[1] .

الإجتماعـات

ثمة نشاط يشترك فيه معظم الجماعات التي سبق وصفها في هذا الفصل ، هو عقد الاجتماعات لمناقشة المشاكل وحلها . ويتناول هذا القسم مايلزم لإدارة الإجتماعات الناجحة .

---

(١) أنظر أيضاً : لو كنت المسؤول ، دليل إدارة الرعاية الصحية الأولية في المستوى المتوسط ، المكتب الإقليمي لمنظمة الصحة العالمية ، الإسكندرية ، ١٩٨٩ .

توجد أنواع مختلفة من الإجتماعات . بعضها يشتمل على مشاركة عامة في المناقشة وفي إتخاذ القرارات (مثل إجتماعات اللجان ، وإجتماعات المجالس ، والإجتماعات العامة بشأن موضوع يهم المجتمع) . والبعض الآخر يضم عدداً قليلاً من المتحدثين يخاطبون جمهوراً كبيراً لا يشارك في الحديث مثل الإجتماع السنوي لأي جمعية أو مؤسسة . وفي مجال التثقيف الصحي يهمنا النوع الأول من الإجتماعات .

الغـــرض

تُعقد الإجتماعات بهدف جمع المعلومات وتبادل الأفكار وإتخاذ القرارات ووضع الخطط لحل المشكلات . ويختلف أسلوب الإجتماعات عن أسلوب المناقشات الجماعية . فالمناقشة الجماعية مناقشة حرة وغير رسمية . وأما الإجتماعات فإنها تُعقد لدواع خاصة وهي أكثر تنظيماً ، إذ يديرها رؤساء معينون منتخبون . والإجتماعات جزءٌ هام من مشروعات العون الذاتي الناجحة .



توجد أنواع كثيرة من الاجتماعات . فيمكن أن تجتمع مجموعة صغيرة من أصحاب الرأي في المجتمع لتناقش المشكلات الصحية وتتخذ القرارات بشأنها . كما يمكن أن يجتمع أفراد المجتمع المحلي بأكمله ليطلعوا على مشكلة صحية ويعبّروا عن آرائهم بصددها . وكل نوع من أنواع الاجتماعات يتطلب أسلوباً خاصاً به .

حجـــم الجمـــاعة

في الإجتماعات التي تعقدها المنظمات أو الجمعيات ، قد يجتمع من ٢٠ إلى ٥٠ شخصاً . وقد يعقد رواد المجتمع إجتماعات صغيرة يتخذ أثناءها من ٥ إلى ١٠ أشخاص القرارات حول احتياجات المجتمع . ومن ناحية أخرى قد يشترك أفرد المجتمع المحلي كلهم في إجتماع للتعرف على مشكلاتهم وللتعبير عن آرائهم .

تنظـــيم الاجـــتماع

مدى الحاجة إلى الاجتماع

من الضروري أن يرى أعضاء المنظمة أو المجتمع حاجة إلى عقد الاجتماع . هل تقتضي المشكلة عقد اجتماع ، أم يكفي أن يبحثها عضو أو عضوان ؟ ويجب أن يتخذ أعضاء الجماعة أو رواد المجتمع أنفسهم قرار عقد الاجتماع .

الوقـــت والمـــكان

كثير من الجماعات المنظمة لديها أوقات وأماكن محددة لعقد إجتماعاتها . فقد يجتمع رؤساء القرية مرة كل أسبوع في بيت العمدة . وقد يجتمع مجلس الحي شهرياً في قاعة اجتماعات المجتمع المحلي . وقد تجتمع نقابة الخياطين مرة كل شهرين في مدرسة أو مسجد .

إستفد من الاجتماعات التي تعقد بانتظام لحل المشكلات ووضع خطط العمل . وإذا اقتضي الأمر عقد اجتماع خاص ، فَدَع رؤساء الجماعة يحددون الوقت والمكان المناسبين للجميع .

الإعـــلان عـــن الإجتمـــاع

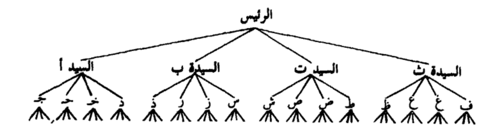
لكل جماعة أو منظمة طريقة خاصة لإبلاغ أعضائها كل ما يتعلق بالإجتماعات وموعد ومكان إنعقادها . ويكون ذلك إما عن طريق الملصقات أو منادي البلدة أو بالمشافهة . ولابد أن تقوم الجماعة بنفسها بالإعلان عن الاجتماع .

والمشافهة هي أفضل طريقة للإعلان عن الاجتماع في القرية أو في الحي ، إذ يمكن أن يقوم الرئيس بإبلاغ من يعملون بالحاجة إلى الاجتماع . ثم يقوم هؤلاء بنشر دعوة الرئيس على إناس آخرين يقومون بدورهم بنقلها إلى أصدقائهم ومعارفهم وهلم جرا .

ويمكن أن ينتشر الإعلان بطريقة أسرع وأضمن إذا وُضع نظام يسهل التوصيل أو التبليغ . ويتمثل هذا النظام في أن يسند إلى كل عضو في الجماعة مسؤولية تبليغ الدعوة إلى مجموعة محددة من الناس . وفيما يلي الطريقة التي يسير عليها هذا النظام :

يتصل الرئيس بأربعة أو خمسة أشخاص ليعلن عن عقد الاجتماع . ويعرف كلّ من هؤلاء الأشخاص أسماء خمسة أشخاص آخرين يتصلون بهم لتبليغهم بالإعلان . ويقوم هؤلاء الأشخاص بدورهم بالاتصال بأشخاص آخرين .

وإحدى طرق القيام بذلك هي النظر إلى القطاعات المختلفة للقرية أو الحي ولابد أن يكون في كل قطاع شخص يبدأ الرئيس بالاتصال به . فإن كان السيد أ متغيبا عندما يريد الرئيس الاتصال به فيمكن أن يحل محله السيد حـ .



ويجب الإعلان عن موعد الإجتماع قبل انعقاده بعدة أيام ليتاح الوقت للناس للاستعداد له . ولكن يجب ألاتُعلِن عن الاجتماع قبل موعده بوقت طويل ، إذ قد ينساه الناس .

إعـداد جـدول الأعمـال

إن جدول الأعمال هو قائمة بالموضوعات أو المسائل التي ستُناقَش في الاجتماع . ويجب إعداد جدول الأعمال بعناية . فالناس يفتر حماسهم واهتمامهم إذا حضروا اجتماعاً لايعرفون ماذا سيحدث فيه .

فإذا كان للجماعة رؤساء بالفعل ، قابلهم قبل الاجتماع بعدة أيام . وناقش معهم جدول الأعمال . وقد تكون هناك مسائل متبقية من الاجتماع السابق ينبغي مناقشتها أولاً . وقد تكون هناك موضوعات جديدة يجب إضافتها . ويجب أن لا يكون جدول الأعمال مطولاً . فمن الناحية المثالية يجب أن يتضمن جدول الأعمال موضوعاً واحداً أو موضوعين هامين . فالجدول المطول يعني اجتماعاً مطولاً . وبعد ساعة من الزمان يبدأ الناس في الشعور بالتعب . وبعد ساعتين يبدأون في الانصراف . وإذا إنصرف الناس قبل الانتهاء من العمل ، فربما يتعذر على الجماعة حل مشكلاتها .

كما أن جدول الأعمال المطول من شأنه أن يجبر الناس على إتخاذ قرارات متعجلة يندمون عليها فيما بعد . وعندما يتم الاتفاق على جدول الأعمال ، أنظر إلى موضوعاته . ماهي المعلومات التي تحتاجها الجماعة لتتمكن من مناقشة تلك الموضوعات بدقة ؟ فإن أرادت جمعية تعاونية للمزارعين أن تجتمع لمناقشة طرق تحسين حاصلاتهم ، فهم في حاجة إلى معلومات عن أنواع المُخَصِّبات ، وأسعارها وآثارها . ويجب أن تطوع بعض رؤساء الجماعة لتوفير هذه المعلومات ، ويمكنك أن ترشدهم إلى المكان الذي يحصلون منه عليها . ولاتقم بالعمل كله بمفردك . فمن المفيد للناس أن يتعلموا كيف يبحثون عن المعلومات والإمكانيات اللازمة .

وعندما يتم الإعلان عن الاجتماع ، أطلع الناس بإيجاز على موضوعات جدول الأعمال . فذلك يُمَكِّنهم من الإستعداد للاجتماع . ويمكن أن يبحث الناس عن المعلومات بأنفسهم . كما يمكنهم البدء في التفكير في آراء يطرحونها في الاجتماع .

إدارة الاجتمـــاع

رئاســة الاجتمــاع

لمعظم المنظمات والجمعيات والمجالس رؤساء معينون أو منتخبون . وهؤلاء الرؤساء هم المسؤولون عن الاجتماع . وعليك أن تقدم لهم التشجيع والمقترحات أثناء إعداد جدول الأعمال .

كذلك عليك أن تتحدث عندما يطلب منك الرؤساء الحديث ، وأن تقدم ماتراه مناسباً من التعليقات بين وقت وآخر . وتأكد من أن أعضاء الجماعة الآخرين لديهم فرصة للتعبير عن آرائهم على الوجه الأكمل .

المشـــاركـة

تعتمد المشاركة في أعمال الاجتماع على ثقافة المجتمع . ففي بعض الأماكن يقوم الرؤساء بمعظم الحديث ، وفي أماكن أخرى يتحدث كل الأعضاء في الاجتماع . شجّع على المشاركة التي يتقبلها الناس . ويمكنك أن تعقب ببعض التعليقات لتشجع مزيداً من الناس على التحدث :

- « من المفيد لنا أن نستمع إلى المزيد عن مشكلة الفيضان من الأشخاص الذين يعيشون بالقرب من النهر » .
- « إن مشكلة الكلاب التي عقرت الأطفال تؤرقنا . وإنى لعلى يقين من أن أولئك الناس الذين لديهم أطفال صغار لابد أن يكون لديهم بعض الخبرات التي يمكن أن يقدموها لنا » ؟

توضيــح المســائل

قبل أن يتمكن الاجتماع من الوصول إلى قرارات حكيمة ، يجب أن يفهم الجميع المشكلات والحلول المقترحة لها . ومما يساعد على ذلك طرح بعض الأسئلة مثل :

- « هل كل على بينة مما سيتطلبه هذا المشروع من مال ؟ »
- « هل يريد أي منكم أن نُعيد شرح كيفية إجراء التطعيم ؟ »
- « هل كل منكم مدرك للمسؤولية الملقاة على عاتق المجتمع ، وعلى الهيئة المنفذة للمشروع ؟ »

التوصــل إلى القــرارات

فيما يلي أربع سبل يمكن بها إتخاذ القرارات في الاجتماع :

- أن تناقش الجماعة بأكملها المسألة ، وفي وقت لاحق يقول الرئيس أو أحد الأعضاء « أعتقد أننا جميعاً موافقون على إتخاذ هذا الإجراء ، هل ترون جميعا ذلك ؟ » وفي هذه اللحظة يستطيع أي شخص أن يعترض ، وإذا كانت هناك اعتراضات فإن المناقشة تستمر حتى يتحقق الاتفاق النهائي ، وتسمى هذه الطريقة إتخاذ القرارات باتفاق الآراء .

- ينصت الرئيس بانتباه ، وعندما يشعر أن الجميع متفقون يعلن القرار .
- يمكن أن تطرح المسألة أمام الجماعة ، ويُطلَب من الأعضاء أن يُصَوِّتوا بالقبول أو الرفض ، ويُتخذ القرار وفقاً لأغلبية الأصوات ، أي أن القرار يُتخَذ بمقتضى الفكرة التي يفضلها أكبر عدد من الناس .
- يمكن أن يتخذ الرئيس القرار بمفرده وفقاً لما يعتقد أنه الأفضل ، ويعلن أن قراره يمثل رأي الجماعة بأكملها .

والأسلوبان الأولان متشابهان إلى حد كبير . ففي كليهما لايُتخذ القرار إلا بعد توافر الاتفاق العام لدى الجماعة . وقد يستغرق ذلك وقتاً أطول مما تستغرقه طريقة التصويت وطريقة إتخاذ الرئيس القرار بنفسه نيابة عن الجماعة ، إلا أن الأسلوبين الأولين يشجعان على المشاركة . وعندما يكون كل الناس على اتفاق ، يُرجح أن يشرع الناس في العمل الفعلي بعد إتخاذ القرار . ومن الحكمة تدوين مايتم الاتفاق عليه في الاجتماع حتى لاينساه الناس .

الشـــروع في العمـــل

إن غرض الاجتماع هو الإتفاق على خطط تساعد على حل مشكلة الجماعة أو المجتمع . أنظر الفصل الثالث فيما يتعلق بالأفكار الخاصة بالتخطيط . وباختصار فانه يتوجب على الجماعة أن :

- تحدد الأهداف (أي النتائج المنشودة) .
- تضع الإستراتيجيات (أي طرق حل المشكلات) .
- تبحث عن الموارد اللازمة .
- تضع جدولاً زمنياً للأعمال .
- تُسند المهام إلى الأعضاء فُرادى أو إلى جماعات صغيرة من الأعضاء (اللجان) .
- تجتمع بانتظام لمراجعة مدى التقدم الذي يتحقق ، وتجري التحسينات أو التغييرات اللازمة على الخطة حسبما يكون ضرورياً .



يمكن أن تتوصل الجماعة إلى قرار بطرق شتى . فبعض الجماعات يميل فيها الرئيس إلى إتخاذ القرار . وبعض الجماعات الأخرى تتوصل إلى إتفاق الآراء أو إلى الموافقة الجماعية . وعندما يتفق كل الأفراد على القرار فإن من الأرجح أن يشرعوا في العمل على تنفيذه وذلك على عكس ما لو كان شخص واحد أو قلة من الأشخاص هم الذين إتخذوا القرار وحدهم .

فكّر في الاجتماعات التي حضرتها ، هل كانت اجتماعات للعاملين في هيئتك ، أو اجتماعات للمجتمع المحلي أو اجتماعات لعدة منظمات . لماذا كان مصير بعض الاجتماعات النجاح ؟ لماذا صادف بعضها الآخر مشكلات ؟ ما الذي فعله الرؤساء ليسير الاجتماع على مايرام ؟ هل أثار الرؤساء أية متاعب ؟ ولماذا كان ذلك ؟ ماهي الطرق المختلفة التي إتخذت بها الجماعة قراراتها ؟ ماذا حدث عندما لم يكن الناس سعداء بالقرارات المتخذة ؟

لعبة تثقيفية بشأن إتخاذ القرارات

هذه لعبة game بسيطة يمكنك إستخدامها لتُعلِّم الناس كيفية إتخاذ القرارات . وهي لا تحتاج لأية أدوات . إنها تحتاج إلى عشرين شخصاً أو أكثر . وإذا توافر أقل من خمسة عشر شخصاً ، فعليك أن تقسم الحاضرين إلى مجموعتين بدلاً من ثلاث مجموعات صغيرة ، محتفظاً « بالمجموعة رقم ١ » مع اختيار « المجموعة رقم ٢ » أو « المجموعة رقم ٣ » على النحو المبين أدناه :

قسّم الجماعة إلى ثلاث مجموعات متساوية العدد

أطلب من كل مجموعة أن تختار رئيساً لها . وضّح للمجموعات أن عليها أن تحدد المشكلة الأهم في المجتمع .

إجتمع بالرؤساء على إنفراد أولاً

قل لرئيس المجموعة رقم ١ أن عليه أن يشجع مجموعته على إتخاذ القرار باتفاق الآراء consensus . إشرح بدقة ماهو اتفاق الآراء . وقل لرئيس المجموعة رقم ٢ أن عليه أن يجبر مجموعته على الموافقة على أي قرار يتخذه بنفسه ، بينما على رئيس المجموعة رقم ٣ أن يطلب من مجموعته أن تُصَوِّت على الاقتراحات المختلفة المطروحة بشأن تحديد المشكلة الأهم في المجتمع .

دع كل مجموعة تجتمع

تأكّد من وجود مكان متسع يسمح لكل مجموعة بكامل أعضائها أن تجتمع على حدة بحيث لا تُزْعج المجموعتين الأخريين .

إسمح بالوقت الكافي للمداولة

قد يستغرق إتخاذ القرار عدة ساعات . ويمكنك أن تطلب من المجموعات الثلاث أن تقدم لك قرارها في اليوم التالي .

اجمع المجموعات الثلاث مرة أخرى

بعد أن تتوصل المجموعات إلى قرار أطلب من أحد أعضاء كل مجموعة أن يشرح كيف توصلت مجموعته إلى قرارها ، ثم أطلب من عدة أشخاص أن يعبروا عن آرائهم ومشاعرهم . وقد تجد بين أعضاء المجموعتين ٢ و ٣ من هم غير سعداء أو من هم غاضبون لأن قرار المجموعة كان يتعارض مع آرائهم .

أطلب من المجموعات الثلاث أن تذكر ماتعلمته

سَلْها عما إذا كانت تشعر بأن ماتعلمته سيحسن من طريقة عملها مع بعضها البعض في المستقبل ، وإذا كان الأمر كذلك فعلى أي صورة سيكون التحسن .

التثقيـف الصحـي للمجتمـعات

إن تمكين المجتمعات من إكتساب المهارات اللازمة للحفاظ على الصحة وتحسينها هدف أساسي من أهداف التثقيف الصحي .

فمن خلال مشاركة المجتمع ، يقوم المتخصصون وغير المتخصصين على السواء بدراسة المشكلات الصحية وبتجميع معارفهم وخبراتهم وبإيجاد الطرق والوسائل الكفيلة بحل تلك المشكلات . أما دورنا فهو مساعدة المجتمع على تنظيم نفسه حتى يتحقق التعلّم ومن ثمّ العمل .

ويناقش هذا الفصل :

إن الجمع بين العاملين في قطاعات مختلفة مثل التعليم والزراعة والصناعة وتخطيط المدن ، إلخ .. لإيجاد حلول لمشكلاتهم - بإرشاد وتوجيه من قبل العاملين الصحيين والعاملين في تنمية المجتمع - هو الطريق الوحيد الكفيل بتحسين الصحة والارتقاء بها .

ماهـو المجتمـع ؟

الناس الذين يشاركون نفس الاهتمامات ويشعرون بأنهم ينتمون بعضهم إلى بعض يشكلون مجتمعا . ففي المجتمع يشترك الناس عادة في قيم واحدة ، وفي تاريخ واحد (أو خلفية واحدة) ، ويتقبلون بعض السلوكيات باعتبارها السلوكيات السوية لجميع أفراد المجتمع . كذلك فان الناس الذين ينتمون إلى نفس الديانة أو الذين لديهم معتقدات سياسية واحدة يمكن أن نطلق عليهم وصف المجتمع .

فالمجتمع إذن لا يعني مساحة من الأرض . بل هو شعب لا أرض ، ولكن أعضاء المجتمع غالبا مايكونون قادرين على تبيان حدود الأرض التي تخصه .

ويمكننا أن نأخذ قرية صغيرة كمثال يوضح ذلك . فقد تشغل منازل القرية ومزارعها خمسين فداناً من الأرض . ولا يمكننا القول إن الأرض بما فيها من منازل ومزارع هي المجتمع . فيُحتمل أن يكون هناك بعض الأبناء والبنات الذين رحلوا إلى المدن الكبيرة . وربما يكونون قد رزقوا بأبناء وأحفاد هناك . مع ذلك فإنهم لايزالون يشعرون أنهم أعضاء في مجتمع قريتهم الأصلي . والاحتمال الثاني هو أن تكون أرض القرية قد تملكتها جماعات لها خلفيات أو أصول مختلفة . عندئذ ربما تؤوي القرية مجتمعين أو أكثر . فَشُعور الناس بأنهم جزء من المجتمع هو شعور بالإنتماء يكنه الناس في عقولهم وأفئدتهم . لذلك لايجوز النظر إلى الأرض أو إلى الخطوط المرسومة في الخريطة على أنها المجتمع .

تحـديد المجتمعـات

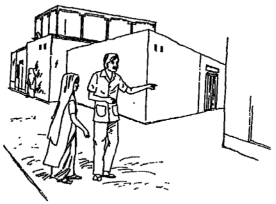
فيما يلي إحدى دراسات الحالات التي تبين لماذا يتوجب علينا أن نحدد بوضوح المجتمعات التي نعمل معها .

السيد حسين معاون صحي يعمل في مستوصف صغير يخدم عشر قرى . وهو يريد أن يزيد من إشراك الناس في توفير الرعاية الصحية لأنفسهم . فيزور جميع القرى ليرى ما إذا كان الناس على

استعداد لتدريب متطوع منهم على الرعاية الصحية الأولية . ويتوقف الرجل عند أول بيت ويطلب من أهله أن يصحبوه إلى أصحاب الرأي في القرية . ويتفق الجميع على المشاركة في البرنامج وإرسال متطوعين لتلقي التدريب . وبعد ذلك بعدة شهور تفشى الهيضة (الكوليرا) في المنطقة المجاورة لهذه القرية . ويلتقي السيد حسين مع عمال صحة المجتمع المتطوعين لمناقشة ماينبغي عمله لحماية الناس . وبعد إبداء العديد من المقترحات ، يعود عمال صحة المجتمع لوضع خطط محددة لحماية قراهم .

وماهي إلا بضعة أسابيع حتى انتشرت الهيضة (الكوليرا) في منطقة السيد حسين . وكانت معظم القرى مستعدة لمواجهة الخطر الداهم وذلك بفضل التخطيط المسبق . فوقع عدد قليل من الناس فريسة للمرض ولم يمت أحد إلا في قرية الحسينية ، إذ مات في هذه القرية عشرون شخصاً كانوا جميعا من الجانب الغربي للقرية . وكان ذلك مثار دهشة الجميع ، لذلك ذهب السيد حسين إلى تلك القرية ليستطلع الأمر .

وعند وصوله إلى القرية التقى بعامل صحة المجتمع واستأذنه في زيارة الناحية التي مات فيها الناس . وتحدث السيد حسين مع العائلات في تلك الناحية ، وتوصل إلى اكتشاف هام . فقد قال هؤلاء الناس إنهم قَدِموا أصلاً من مكان يبعد حوالي خمسين كيلو متراً . ورغم أنهم يعيشون الآن في الحسينية إلا أنهم لازالوا يتمسكون بقادتهم واحتفالاتهم وعاداتهم . ولم يعمل هؤلاء الناس عن كثب مع سكان الحسينية الأصليين ، لذلك لم يشاركوا مطلقاً في أي نشاط من أنشطة الرعاية الصحية الأولية الخاصة بالوقاية من الهيضة (الكوليرا) . ورغم أن الخريطة تبين أن هؤلاء الناس يعيشون في الحسينية إلا أنهم كانوا في الواقع يشكلون مجتمعاً مستقلاً ومنفصلاً .



لايمكن تحديد المجتمع بمجرد النظر إلى الخطوط الموجودة على الخريطة . بل لابد من السير في الشوارع والطرقات والتحدث مع الأهالي لمعرفة حدود مجتمعاتهم في رأيهم . ويعتبر المسح الإجتماعي (أنظر الصفحات ٤٤ – ٥٩) وسيلة تثقيفية تساعدك وأعضاء المجتمع على التوصل إلى مزيد من المعرفة عمن ينتمون إلى المجتمع ، وماهي الاحتياجات والموارد والثقافة الخاصة بذلك المجتمع .

كيف كان في مقدور السيد حسين أن يتحاشى وقوع هذه المشكلة منذ البداية ؟
ما الخطوات اللازم اتباعها للتأكد من أننا أحسنّا تحديد المجتمع وأشركناه في العمل ؟

لقد حدثت المشكلة التي جابهها السيد حسين في منطقة ريفية . وسوف يجد العاملون الصحيون في المدن نفس هذا النوع من المشكلات لكن على نطاق أوسع . فالمدن تتألف من عدة مجتمعات . وقد يعيش مجتمع معين بالذات في حي معين تفصله عن الحي المجاور له شوارع أو ترع ، ولكن ذلك لا يحدث في أغلب الأحوال .

أطلب من الأهالي أن يخبروك من هم أفراد المجتمعات والأحياء المختلفة وأين تقع الحدود الفاصلة بينهم في اعتقادهم . عندئذ يمكن إستنفار كل حي على حدة لحل مشكلاته . فإن شعر الناس أنهم ينتمون بعضهم إلى بعض فسوف تزيد أواصر التعاون والمشاركة بينهم .

متى تدعو الحاجة إلى تثقيف المجتمع صحياً ؟

يمكن أن تحل بعض المشكلات المتصلة بالصحة بواسطة الأفراد وحدهم ، وبعضها الآخر يتطلب تعاون أناس كثيرين . وفيما يلي بعض الأمثلة التي تبين متى يلزم أن تتضافر في جهود المجتمع بأكمله لحل المشكلة .

إن إقامة نظام للتزويد بالمياه النقية يتطلب وقتاً وجهداً علاوة على بعض المواد . ومن غير المحتمل أن يكون في مقدور أي شخص بمفرده أو عائلة بمفردها حفر البئر اللازمة . كذلك إذا اعتمدت القرية على ينبوع أو ينبوعين للحصول على المياه اللازمة لها ، فلن يكون لكل فرد مصدر للمياه خاص به وحده . ففي هذه الحالة ، لابد وأن يتعاون كل فرد في المجتمع في حفر البئر وصيانتها .

وفي بعض القرى يحتفظ الناس بكلاب للصيد ، أو للحراسة أو لحماية القطعان . وعادة ما تصول الكلاب وتجول طليقة في القرية ، وهي بذلك قد تنشر داء الكَلَب . ولحماية المجتمع من داء الكَلَب ، لابد من أن يتعاون كل من يقتنون كلاباً على تطعيم كلابهم ضد المرض . ولابد أن يصبح كل شخص – حتى من لايقتني كلباً – معنياً بهذا الأمر .

وفي حالات الطوارىء مثل الفيضانات قد يفقد عدد كبير من العائلات ما تملكه من طعام وملبس ، وتتعرض بذلك لمخاطر صحية جديدة . ولابد من أن يجتمع أفراد المجتمع على كلمة واحدة ويتقاسمون مالديهم حتى يتمكن المجتمع كله من البقاء .

وباختصار ، فإن الحاجة تدعو إلى تثقيف المجتمع صحياً عندما تعمّ المشكلة كل الناس في المجتمع ، وعندما يكون التعاون من قبل الجميع مطلوباً لحل تلك المشكلة .

كيف يمكنك القيام بالتثقيف الصحي على مستوى المجتمع ؟ هناك ثلاث نقاط ينبغي أخذها في الحسبان :

- عليك أن تحصل على دعم وتأييد الناس المؤثرين في المجتمع ، وهم الذين تسميهم بأصحاب الرأي في المجتمع أو رواد المجتمع .
- عليك أن تتأكد من أن جميع الناس في المجتمع على علم بالمشكلة ، وبأحدث المعلومات عن الخطط والتقدم في العمل . ويجب أن تستخدم جميع قنوات الاتصال المتاحة لهذا الغرض .
- عليك إشراك أكبر عدد ممكن من الناس حتى يعزز المجتمع بالفعل قدرته على عمل مايلزم لصحته . ويمكن أن يتحقق ذلك من خلال اللجان الصحية ، والمجالس الاستشارية أو التخطيطية ، إلخ .

وسوف نتناول الآن كيف يمكننا العمل على تحقيق هذه الأهداف .

إشراك أصحاب الرأي في المجتمع

من هم أصحاب الرأي في المجتمع ؟

في كل قرية أو بلدة يوجد أناس يحترمهم الآخرون ويجلُّونهم . وقد يرجع سبب هذا الاحترام إما لقدرة هؤلاء الناس على القيادة ، وإما لبراعتهم في مهنهم (مثل المزارعين ورجال الأعمال الناجحين) ، وإما لسعة خبرتهم ، وإما لقدرتهم على العمل بنجاح مع بعض الجماعات مثل النساء أو الشباب . وبعض هؤلاء الناس مشهور : مثل السياسيين ورجال الدين ، والبعض الآخر هادىء ورزين . ويرجع سبب احترام الناس له إلى مايتمتع به من حكمة واقتدار .

وعندما يحترم الناس شخصاً ويوقرونه فإنهم عادة مايلجأون إليه طلباً للنصيحة والمشورة . وعندما يتحدث هؤلاء فلا يسع الآخرين إلا الإنصات لهم . وأولئك الرجال يسمون أصحاب الرأي في المجتمع ذلك لأن سائر الأهالي يقدرون آراءهم وأفكارهم . وعادة مايكون لأصحاب الرأي في المجتمع أتباع . وليس كل صاحب رأي مبجلاً ومحترما لدى جميع الناس في القرية . فلكل جماعة قادتها وأصحاب الرأي فيها .

تعرف على أصحاب الرأي في المجتمع

بعض أصحاب الرأي opinion leaders يحملون ألقاباً مما يسهل التعرف عليهم . ومن هذه الألقاب ، الشيخ ، والمستشار ، والعمدة ، والقس ، والإمام ، والرئيس .. إلخ . واللقب وحده لايجعل منهم أصحاب رأي . فعليك أن تتحرى عما إذا كان الشخص صاحب اللقب محبوباً داخل جماعته السياسية ، أو الدينية ، أو الإقتصادية ، أو الإجتماعية . وبعد الحديث مع أعضاء تلك الجماعات ، إذا اكتشفت أن الشخص محبوب ، فيرجح أن يكون من أصحاب الرأي .

وحيث إنه ليس كل أصحاب الرأي يحملون ألقاباً ، فعليك أن تبحث عنهم بسؤال الناس عمن يذهبون إليه طلباً للنصح والمشورة في الأمور التي تهمهم (مثل الزراعة ، ورعاية الأطفال ، والأمور الصحية والاحتياجات الأخرى) . وإذا لاحظت أن كثيراً من الناس يذكرون شخصاً معيناً بالأسم ، فأعلم على وجه اليقين أن هذا الشخص من أصحاب الرأي .

العمل مع أصحاب الرأي في المجتمع

زُر أصحاب الرأي opinion leaders في بلدتك . وتبين اهتماماتهم فيما يتعلق برفاهة مجتمعهم . فما هي الآراء التي لديهم عن تحسين صحة المجتمع . وأطلب منهم النصح والمشورة . وشاركهم أيضاً أفكارهم واشركهم في أي مشروع محلي . وإن تقبَّل أولئك الناس أفكارك عن صحة المجتمع فلعلهم ينقلونها باعتبارها نصحاً وإرشاداً منهم للآخرين . إن لأصحاب الرأي دوراً هاماً في حض الناس على التمسك بالسلوك الصحي ومساندتهم في الجهود التي يبذلونها من أجل ذلك .

ومن الأمور التي عليك أن تتذكرها ، أنه لما كان أصحاب الرأي من كبار السن أو من الشخصيات الهامة في العادة ، فعليك أن تخاطبهم بأسلوب محترم . دعهم يحسون أنك تقدر مكانتهم في المجتمع . فإن لمسوا احترامك لهم ، استمعوا إلى أفكارك باهتمام .

وتتوقف فئة أصحاب الرأي الذين سوف تهتم بمقابلتهم على نوع البرنامج الذي تقوم به . فإن كان برنامجك عن صحة الطفل ، فعليك بزيارة الجدات اللاتي يؤثرن في عادات تنشئة الأطفال . وإن كانت خطتك هي وضع برنامج للشباب ، فابحث عن رواد الشباب وعن أولئك الذين يحترمهم الشباب ويسمعون كلامهم .

مَن هم أصحاب الرأي السياسيين والإجتماعيين ورجاا الدين في قريتك ؟ ومن هم أصحاب الرأي بين الفلاحين والحرفيين ؟ ومن هن صاحبات الرأي بين النساء ؟

دور الهيئـــات المحليـــة

تجمع الهيئات المحلية بين الناس ذوي الاحتياجات والمصالح والاهتمامات المتشابهة ، إذ يمكن لهؤلاء أن يتشاركوا الأفكار ويشد بعضهم من أزر بعض ويتكافلوا في إقامة المشروعات . إحرص على البحث عن الهيئات التي تضم النساء والشباب وجميع قطاعات المجتمع الهامة الأخرى .

وتختلف الهيئات المحلية من حيث الحجم ، تبعا لعدد أصحاب المصالح المتشابهة الراغبين في عضوية تلك الهيئات . فقد يكون هذا العدد عشرة أشخاص أو خمسين وربما زاد على ذلك . وإن كان عدد الأعضاء كبيراً ، فيمكن تقسيمهم إلى لجان . وإن كان عدد الأعضاء حوالي عشرين أو ثلاثين عضواً فهذا يكفي لإقامة مشروع ما ويسمح باشتراك المزيد من الأعضاء .

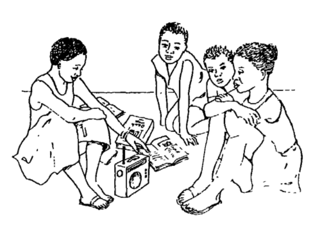
أنواع الهيئـــات المحليـــة

فـــروع الهيئـــات الوطنيـــة

هناك عدد كبير من الهيئات الوطنية والدولية التى تشجع الناس على إنشاء فروع محلية لها . ومن بينها جمعية الصليب الأحمر وجمعية الهلال الأحمر . وجمعية الكشافة أو المرشدين والمرشدات . ويتصل عمل الكثير من هذه الجماعات اتصالاً مباشراً بتحسين صحة المجتمع وتنميته .

الجمعيات والأندية المحلية

وهذه يمكن أن تشكل وفقاً لاحتياجات الناس واهتماماتهم في مجتمعك . فيجوز إقامة نادٍ للأمهات داخل عيادة الأطفال دون سن المدرسة ، كما يجوز إقامة نادٍ للآباء ليتولى تعليمهم رعاية الطفل واحتياجاته واشراكهم في هذه الرعاية . ويمكن أن يكون للأطفال أنفسهم نواد صحية .



الأطفال في ناديهم الصحي

ولقد رأينا في الفصل الخامس ، الصفحات ١٤٩ - ١٥٢ ، كيف أن المرضى بأمراض مزمنة مثل الداء السكري شعروا بأهمية إقامة نادٍ لهم . وفي المدرسة يمكن إنشاء كثير من النوادي التي تختلف باختلاف إهتمامات التلاميذ مثل أندية العلوم والتمثيل . ويمكن الجمع بين آباء الأطفال المعوقين في جمعية ليصلوا إلى أحسن الطرق للتغلب على المشكلات الخاصة بتعليم أبنائهم . كما يمكن أن تقوم جماعة من المواطنين بإنشاء جمعية تتناول المشكلات المتصلة بمرض محلي خطير أو تعمل على حماية البيئة .

إنشاء هيئة محلية

تبين الاحتياجات

أنظر حولك في عيادتك ومدرستك ومجتمعك . هل هناك أناس لهم اهتمامات واحتياجات خاصة ؟ هل يستطيعون حل مشكلاتهم بطريقة أفضل إن عملوا معاً في جمعية ؟



إذا لم تكن هناك هيئة موجودة بالفعل في المجتمع لمعالجة المشكلة ، فقد تجد من المناسب إنشاء مثل هذه الهيئة . تحدث إلى الناس – ولاسيما إلى أصحاب الرأي في المجتمع – لتتحقق من صلاحية هذه الفكرة . وغالباً ، ما توجد بالفعل هيئة قادرة على توسيع نطاق نشاطها لسد هذه الحاجة .

إثـارة الاهتمـام

تحدث مع الناس . وتبين منهم ماذا فعلوا لحل مشكلاتهم . هل هم في حاجة إلى مساندة الآخرين وتشجيعهم ؟ إشرح لهم الفائدة أو الغرض من إنشاء جمعية أو نادٍ . وتبين ما إذا كان هؤلاء الناس مستعدين للاجتماع بالآخرين لمناقشة مثل هذه المشروعات معهم .

عقـد إجتمـاع إستطلاعـي

ادعُ إلى اجتماع يستطيع الناس فيه استطلاع فكرة من الأفكار ودراستها . واشرح الفكرة من جديد أثناء الاجتماع . وشجع الناس على طرح الأسئلة . وتأكد من أنهم يفهمون الفكرة بوضوح .

لاتفرض الفكرة على الناس بإلحاح . فقد يساورهم الشك ولايبدون روح التعاون إذا بدا لهم أنك تحاول إجبارهم على قبول الفكرة . فهناك أناس ينتابهم دوماً الشك . وقد يوجهون أسئلة مثل ، « هل عليَّ أن أدفع مبلغاً من المال في مقابل ماتقترح ؟ » « ومن سيكون المسؤول ؟ » أجب عن كل الأسئلة إجابة كاملة بطريقة مهذبة .

توضيــح المسؤوليــات

أثناء الاجتماع الاستطلاعي وبعده وضح دائماً للجماعة أن الجمعية أو النادي الذي يقومون بإنشائه هو ناديهم أو جمعيتهم ، وأنهم هم الذين سيتخذون كل القرارات الخاصة بالأنشطة . والغرض من ذلك هو أن الناس عليهم أن ينظموا أنفسهم بصورة أفضل لمساعدة أنفسهم .

إشرح لهم أن دورك هو دور المستشار أو المرشد . وأنك لست بالقائد . ولا تصدر إليهم أوامر أو توجيهات . فما وجودك بين الناس إلا لمساعدتهم على عمل يريدون هم أن يعملوه .

قــرار مباشــرة العمــل

عند مرحلة معينة أثناء الاجتماع الاستطلاعي الأول ، أو أثناء اجتماعات المتابعة ، يمكن التوصل إلى قرار بإنشاء جماعة رسمية أو عدم انشائها . وهذا هو القرار الذي يجب أن يتخذه الذين يهمهم الأمر بأنفسهم .

ولا تأخذك الدهشة حين يكون رد الفعل إيجابياً لدى معظم الناس نحو المشروع ، وغير إيجابي لدى القلة . فليس كل مصاب بفرط ضغط الدم مستعداً لإشراك الآخرين في مشاكله . وليس كل أب راغباً فى الانتماء إلى نادي الآباء .

شّجِع المهتمين بالأمر على المضي قدماً بما اعتزموه . وعليك بإبلاغ الآخرين بأنهم سوف يلقون كل الترحيب إذا ما فكروا في الانضمام عندما يكون لديهم الوقت وتوافر لهم الاهتمام .

إنشــاء هيــكل للهيئــة

لكي يواصل أحد الأندية أو الجمعيات عمله بنجاح على مرّ الشهور والسنين ، لابد له من هيكل « عام » . وهذا يعني أنه يحتاج إلى قادة ، وغرض محدد بوضوح ، وبعض القواعد أو اللوائح .

وهذه مسائل وقرارات يجب أن يبت فيها الأعضاء بأنفسهم . وما عليك إلا أن تشجعهم على أن يضعوا الأمور في نصابها بطريقة تُشعرهم بالألفة والراحة . لا تأمرهم

بأنه يجب أن يكون لهم رئيس وأمين صندوق وأمين سر . بل اشرح لهم أن الإجراء المعتاد هو أن تكون هناك قيادة بشكل ما ، إذ أنها تساعد على إنجاز الأعمال ، وقد يكون وجود بنية قيادية محددة أمر إجباري في حالة إنشاء فرع لجمعية وطنية . فكِر مع الناس فيما يتفق على أفضل وجه مع ثقافتهم المحلية .

ويمكنك طرح أسئلة عامة لتحث الأعضاء على التفكير ، ومن هذه الأسئلة « ما الذي تريدون عمله بخصوص الرئاسة ؟ » « هل كل شخص على بينة من الغرض من تكوين النادي ؟ » ارجع إلى القسم الخاص بالاجتماعات في نهاية الفصل الخامس للحصول على مزيد من المعلومات عن إدارة مثل هذه الاجتماعات . شّجع الناس على الفهم والمشاركة والاتفاق في الرأي .

أوضِح للناس أن أي جماعة رسمية لابد أن يكون لها أنشطة ومشروعات وإلا فقد أعضاؤها اهتمامهم وفترت حماستهم . وإذا كان للجماعة أوقات منتظمة للاجتماع يمكن للأعضاء أن يقوموا معاً بالأنشطة التي تساعد على حل المشكلات التي يواجهها الجميع .

اللجنة الصحية للمجتمع

إن إحدى الطرائق لتحقيق مشاركة المجتمع هي الحث على إنشاء لجان صحية . ويمكن لأعضاء هذه اللجان أن يساعدوك في معرفة أولوية احتياجاتهم كما يشعر بها الناس ، ومن ثَم يمكنك أن توجههم إلى العمل المناسب . لنرى بمزيد من التفصيل ماهو غرض اللجنة الصحية وكيف يمكن إنشاؤها .

غرض اللجنة الصحية

من الصعب تصور أن يجتمع خمسون شخصاً أو مئة لإعداد التفاصيل الجزئية للبرنامج الصحي للمجتمع . فلن يكون أمام كل فرد الفرصة للتحدث . وسوف يضيع الكثير من الوقت للتأكد من أن كل شخص قد فهم تلك التفاصيل وشارك في وضعها . وقد لايريد بعض الناس تضييع الوقت وربما يرغمون الجماعة على التعجيل في إتخاذ القرارات . وقد يثير ذلك غضب الآخرين وتنشأ بذلك المشادات والمشاحنات .

ولتحاشي هذه المشكلات غالباً ما يختار الناس من بينهم جماعات صغيرة تسمى اللجان . وتسند للجان مهمة أو وظيفة محددة . وهي تقوم بتنفيذ تلك المهمة وترفع تقريرها إلى الجماعة الكبيرة مشفوعاً ببعض الاقتراحات لإتخاذ الاجراءات اللازمة . وتسّهل دراسات اللجنة وخططها على الجماعة اتخاذ القرارات اللازمة .

ورغم أن كل فرد أو عائلة أو جماعة في المجتمع مسؤول عن الصحة . كما ذكرنا من قبل – إلا أنه من المفيد إيجاد جماعة منظمة – أو لجنة – يكون غرضها المحدد هو أن تفكر بإمعان في احتياجات الناس وتساعد المجتمع على العناية بصحته . ولكل مجتمع أن يقرر على وجه التحديد واجبات لجنته الصحية . وفيما يلي بعض الواجبات العامة التي يمكن أن تؤديها اللجنة الصحية :

- جمع المعلومات عن صحة المجتمع .
- التعرف على المشكلات الصحية للمجتمع وأسباب تلك المشكلات .
- اقتراح حلول للمشكلات والتخطيط لها .
- مناقشة تلك الحلول والخطط مع العمال الصحيين الذين سوف يساعدونها في : (١) تحديد الأولويات (٢) ووضع أهداف واقعية ، (٣) والتعرف على الموارد .
- إستنفار المجتمع لتحقيق الأهداف الموضوعة وحل مشكلاته .
- جعل المجتمع على علم بما يستجد من تقدم أو مشكلات .

إنشـاء اللجنـة الصحيـة

أولاً ، عليك أن تتحرى عما إذا كان المجتمع يشعر بالحاجة إلى جماعة تدرس بصفة خاصة المشكلات الصحية والمشكلات المتصلة بالصحة . ويجب مناقشة هذه الفكرة باستفاضة مع أعضاء المجتمع ورواده . وعليهم أن يقرروا بأنفسهم ما إذا كانوا يريدون ، أو لا يريدون ، لجنة صحية . فإن كانوا يريدونها ، فيمكن تشكيل هذه اللجنة الصحية إما داخل جماعة قائمة بالفعل وإما بتشكيل جماعة جديدة تماما .

وقد تكون في المجتمع بالفعل جماعات معنية بصحة المجتمع وتنميته ومسؤولة بالفعل عن ذلك النشاط . ومن السهل العمل مع الجماعات القائمة إذا كان الناس يتقبلون تلك

الجماعات ويرضون عن الأعمال التي تقوم بها . وإذا تعددت اللجان والجماعات ، وخاصة إذا كانت تقوم بنفس العمل ، سيضيع الوقت وتتبدد الموارد ويفتر اهتمام الناس .

وربما يكون هناك مجلس قرية أو مجلس محلي يشارك في كثير من الأنشطة . فمثل هذا المجلس قد لايسعفه الوقت للنظر في الأمور الصحية ، ففي هذه الحالة يمكن لهذا المجلس أن يطلب من بعض أعضائه أن يشكلوا لجنة صحية تقوم برفع التقارير إلى المجلس ليتخذ على أساسها القرارات النهائية .

وأما إذا لم تكن هناك جماعات قائمة بالفعل يمكن أن تقوم مقام اللجنة الصحية ، فعندئذ يمكن تشكيل لجنة جديدة . وهناك عدة خطوات أو إجراءات تتبع لتشكيل مثل هذه اللجنة .

فأولاً ، من سيكون أعضاء اللجنة ؟ إذا أُريد للجنة أن تكون نافعة للمجتمع فلابد من أن تضم بين أعضائها أناساً محل ثقة ، يكونون مستعدين للعمل جاهدين على تحسين مجتمعهم . ومن المسائل الأخرى التي تؤخذ في الحسبان مسألة ما إذا كانت اللجنة الصحية قادرة على رعاية مصالح جميع قطاعات المجتمع . ويتألف المجتمع عادة من جماعات مهنية وسياسية ودينية وغيرها . وإذا ما استُبعد قطاع أو جماعة من تشكيل اللجنة الصحية للمجتمع ، فإن أفراد هذا القطاع أو هذه الجماعة قد يمتنعون عن التعاون مع برنامج صحة المجتمع الذي تقترحه اللجنة الصحية .

وثانياً ، كيف تختار أعضاء اللجنة الصحية ؟ تذكّر أن كل مجتمع له ثقافته الخاصة وأسلوبه الخاص في تسيير أموره . وهناك طرائق كثيرة ممكنة لاختيار أعضاء اللجنة الصحية نذكر ثلاثاً منها فيما يلي :

- اعقد إجتماعاً يضم أفراد المجتمع المحلي يتم فيه ترشيح أو تعيين أو انتخاب أعضاء اللجنة أو حتى التطوع للعمل فيها أياً كانت الطريقة التي يرتضونها .
- يمكن لأصحاب الرأي في المجتمع تعيين الأشخاص الذين يشعرون أنهم أصلح الناس للعمل المنشود .
- يمكن الاتصال بكل جماعة من الجماعات ذات المصالح في المجتمع لتختار من يمثلونها في اللجنة الصحية .

فَكِّر في طرائق أخرى لإنشاء اللجنة الصحية واتبع من بينها ما يحتمل أن يتقبله الناس في مجتمعك . فإذا لم يتم اختيار أعضاء اللجنة بطريقة يقبلها الناس فإنهم لن يحترموا أعمال تلك اللجنة . ولعله يكون من المفيد أن تضم اللجنة أشخاصاً يمارسون الطب التقليدي أو الطب الحديث أو هما معا .

والسؤال التالي الذي تتناوله هو : كم عدد الأعضاء اللازمين لتشكيل اللجنة ؟ فيجب أن تكون اللجنة الصحية من الكبر بحيث تمثل المصالح الرئيسية في المجتمع ، ومن الصغر بحيث يتمكن كل أعضائها من المشاركة والمناقشة والعمل معاً في سهولة ويسر . وربما يكون هذا العدد في حدود عشرة أعضاء .

وأخيراً ، إلى من ترفع اللجنة الصحية تقريرها ؟ على اللجنة أن ترفع تقاريرها بشأن أنشطتها وتقدمها بانتظام إلى رواد المجتمع . وعلى هذه اللجنة أيضاً أن تكون على اتصال دائم مع العمال الصحيين لإطلاعهم على المشكلات والخطط ولتلقي الدعم والإرشاد منهم . ويجب أن تفتح اللجنة صدرها للأفكار والمقترحات ولتلقي المساعدة من أي فرد بالمجتمع في أي وقت .

تشجـــيع المشـــاركة

لعلك عرفت من حصيلة تجاربك أنه من العسير غالباً تأمين مشاركة كل الأعضاء حتى في داخل الجماعات الصغيرة . وأصعب من ذلك بالطبع مشاركة المجتمع بأكمله . وهذه بعض الأسباب التي قد يتذرع بها الناس لعدم مشاركتهم في أحد مشروعات المجتمع :

- لم يخبرني أحد بالمشروع .
- كنت غاضباً : فلم يخبروني إلا قبل الاجتماع ببضعة أيام .
- لم يشكروني على ما قمت به من عمل في المرة السابقة .
- لم أكن موافقاً على الخطة .
- كان ذلك اليوم هو يوم السوق الكبير في البلدة ، لذلك لم نستطع الحضور .
- لم يخبرني أحد بما كان مفروضاً عليَّ عمله بالتحديد .
- لم يسألوني عن رأيي ، فَلِمَ أساعدهم ؟

هل سمعت أسبابا أخرى قدمها الناس لعدم مشاركتهم ؟

ولتشجيع الناس على المشاركة حاول أن تقوم بما يلي :

- إعلام الناس بالأنشطة التي يجري التخطيط لها .
- تشجيع الناس على تقديم الاقتراحات مباشرة إلى لجنة التخطيط أو عن طريق ممثلها .
- تحديد مجموعة من المهام والوظائف لكل شخص ، ويلزمك أن تشرح له هذه المهام والوظائف ، وربما يقتضي الأمر أن تتيح بعض التدريب عليها ، وينبغي أن يفهم الناس أيضا مدى أهمية أعمالهم بالنسبة لنجاح المشروع برمته .
- التحري عن الموعد الذي يكون فيه معظم الناس مستعدين للمشاركة .
- شكر كل من يمد لك يد العون وإظهار التقدير له . فمثلا ، يمكنك التقاط صورة لكل من ساعدك في المشروع وعرضها حيث يستطيع الناس رؤيتها .



لضمان نجاح حملة النظافة على صعيد المجتمع كله ، لابد من مشاركة الأفراد ، والجماعات ، وسكان الحي كلهم . ويجب بذل الجهد اللازم للتأكد من استمرارية أعمال النظافة طوال العام .

المجالس الاستشارية والتخطيطية

لابد لأي مرفق صحي يقام على صعيد المجتمع مثل المركز الصحي أو العيادة – أن يكون معدا للوفاء باحتياجات الناس في المجتمع ، ويجب أن يستمر الناس في النظر إلى الخدمات التي يقدمها على أنها خدمات نافعة للمجتمع .

مشاركة المجتمع

يجب أن توجد بعض الوسائل التي بها يستطيع أفراد المجتمع تقديم آرائهم ومقترحاتهم ، فضلاً عن المشاركة في إتخاذ القرارات الخاصة بتصميم وإدارة الخدمات .

ومن وسائل ضمان وصول آراء المجتمع إلى الأسماع ودراستها تشكيل مجلس استشاري وتخطيطي يضم أفرادا من المستفيدين من الخدمات .

وفي إمكان إحدى الجماعات أو اللجان القائمة أن تفي بهذا الغرض . أما إذا كان الأمر يتطلب تشكيل جماعة جديدة ، فاتبع الاقتراحات العامة السابق ذكرها بالنسبة لتشكيل اللجنة الصحية . ويجب أن يكون أعضاء هذا المجلس على إستعداد للعمل وأن يقوموا بجمع المعلومات الأساسية الصحيحة عن المشكلات قبل تقديم اقتراحاتهم .

آراء العاملين الصحيين

يشعر العاملون الصحيون عادة بعدم الارتياح عندما يقدم أفراد المحتمع اقتراحات وانتقادات بشأن الخدمات الصحية . فهم يشعرون أن المجتمع لايقدِّر عملهم المضني . وهذا لا يحدث عادة من قبل المحتمع . فأفراد المجتمع يريدون ببساطة تحقيق ما يعتقدون أنه أفضل شيء بالنسبة لهم ولأطفالهم .

والمجلس الاستشاري لن يستطيع القيام بدوره على خير وجه ما لم يرحب العاملون الصحيون بفكرة انشائه ترحيب المجتمع بها . وقد يستلزم الأمر عقد اجتماعات ومناقشات ومشاورات فردية مع العاملين الصحيين لدراسة فكرة مشاركة المجتمع . وقد يكون العاملون الصحيون أنفسهم في حاجة إلى تعلم قيمة المشاركة ومعناها كما سبق أن وصفناها في هذا الكتاب (أنظر على وجه الخصوص الصفحات ٣٥ – ٤٠ بالفصل الثاني) .

تـدريب أعضـاء المجلـس

يحتاج أفراد المجتمع الذين يعملون في المجالس الاستشارية أو التخطيطية إلى تدريب حتى يتمكنوا من أداء عملهم بكفاءة والتعامل بسهولة مع العاملين الصحيين .

مهـارات التواصـل

إن أعضاء المجلس الاستشاري يقدِّرون العمال الصحيين الذين يستخدمون لغة مبسطة يسهل عليهم فهمها ، والذين يوضحون لهم بعض المصطلحات التقنية أو الكلمات الخاصة التي يستعملونها . عندئذ تزيد قدرة أعضاء المجلس على فهم الأمور التي تناقش في الاجتماعات . كما أن من الضروري أن يشعر أعضاء المجلس بأن توجيههم للأسئلة يلقى الترحيب .

جمـع المعلومـات

إن استطاع أعضاء المجلس الاستشاري معرفة كيف تجمع المعلومات الدقيقة عن المشكلات الصحية في مجتمعهم وأسبابها المحتملة ، فإنهم يصبحون قادرين على مد العاملين الصحيين باقتراحات أفضل لتحسين الخدمات .

إدارة اجتمـاع المجلـس الاستشـاري

تختلف أساليب إدارة الاجتماعات باختلاف الثقافات . وقد يكون للعاملين الصحيين أسلوب خاص بهم لإدارة الاجتماعات . وعندما يلتقي العاملون الصحيون وأعضاء المجلس الاستشاري في اجتماع ، فعليهم أن يتفقوا فيما بينهم على أسلوب إدارة الاجتماع ، مثلا ، كيف يسمح للأعضاء بالتحدث ، وكيف تتخذ القرارات ، وكيف تنظم رئاسة الجلسات ، وغير ذلك من المسائل .

وأياً كان نوع التدريب الذي قد تعده فإنك لابد أن تذكر دائماً أن من الضروري قيام علاقات طيبة بين العاملين الصحيين وبين أعضاء المجلس الاستشاري حتى يتمكنوا جميعاً من العمل معاً . ويمكن عقد لقاءات غير رسمية بين أعضاء المجلس والعاملين الصحيين حتى يتعرفوا على بعضهم البعض وتنشأ بينهم صلات إجتماعية . ومما يساعد على ذلك تهيئة الفرصة للمناقشات الفردية بين شخص وآخر أو بين أعضاء الجماعات الصغيرة العدد .

الشــروع فـي العمـــل

لابد من أن يتاح أمام أعضاء المجلس الاستشاري الوقت الكافي لشرح آرائهم ومناقشتها مع العاملين الصحيين حتى تتضح الصورة أمام الجميع ، ويروا خط سير العمل بوضوح . عندئذ ينبغي أن يبدي هؤلاء الأعضاء إستعدادهم للعمل مع العاملين الصحيين للتأكد من أن التغييرات والتحسينات قد أجريت على النحو المنشود .

الاتصــــال بالمجتمـــع

المجلس الاستشاري شأنه شأن اللجنة الصحية يقوم على خدمة رواد المجتمع وأعضائه ولابد أن يجتمع المجلس مع مختلف فئات المجتمع ليأخذ عنها ما تعرفه عن الخدمات الصحية . فهذا المجلس يعد حلقة إتصال بين المجتمع وبين الخدمة الصحية .

جماعات التنسيق بين القطاعات

تحدثنا حتى الآن عن العاملين الصحيين والجماعات العاملة فى الحقل الصحي . بيد أن هناك كثيراً من الناس يعملون أيضاً فى مجال النهوض بالمجتمع والارتقاء بصحته ومنهم رجال الزراعة ، والعاملون فى الرعاية الإجتماعية ، والمسؤولون عن تنمية المجتمع ، ومدرسو المدارس ، والمدرسون المعنيون بتعليم الكبار ، والمسؤولون عن الإعلام وغيرهم . ولابد من واشراك هؤلاء الناس ، بقدر المستطاع ، في كل البرامج الصحية ، كذلك لابد من إشراك العاملين الصحيين ، بدورهم ، في برامج تنمية المجتمع . وثمة جماعة هامة أخرى يجب إشراكها ، وهى جماعة الاعلاميين (المذيعين ، ومراسلي الصحف ، الخ .) ، هذا إذا كان هؤلاء يوجدون فى مجتمعك .

وحتى تنجح هذه المشاركة ، لابد من توفر التواصل الجيد بين مختلف الهيئات . ومن طرق تحسين التواصل والتعاون تشكيل مجلس لخدمات المجتمع . ويمكن أن يجتمع هذا المجلس بانتظام ، مرة في الشهر أو أكثر من ذلك إذا اقتضى الأمر . وترسل كل هيئة من الهيئات من يمثلها في إجتماعات هذا المجلس . ويقوم المجلس بمناقشة الاحتياجات العامة للمجتمع فضلاً عن تحديد مهام كل هيئة ومسؤولياتها .

ومن المهم لنجاح مثل هذا المجلس فى أعماله توافر المهارات في عقد الإجتماعات وتشحيع السلوك الجماعي الناضج . فكل هيئة تحس بأن غملها بالغ الأهمية بالنسبة

للمجتمع . وقد لاتثق هيئة معينة في هيئة أخرى . وقد تكون هناك خلافات قديمة بين الجانبين . عندئذ يتطلب الأمر جهداً جهيداً لإقامة علاقات طيبة بين هؤلاء وهؤلاء . إن الوقت والجهد اللذين يبذلان فى سبيل تحقيق ذلك لن يذهبا سدى لأن أفراد المجتمع سيستفيدون حتما من تحسن الخدمات .

قبل الشروع في إنشاء بنية جديدة سواء كانت لجنة صحية ، أو مجلساً استشارياً ، أو هيئة أو جمعية محلية ، عليك أن تستقصي البنى الموجودة بالفعل في المجتمع وترى ما إذا كانت هذه البنى تستطيع أن تفي بالغرض الذي تسعى لتحقيقه . وغالباً مايكون هناك إغراء بتكوين جماعات جديدة لكن من الحكمة عوضاً عن ذلك توسيع نطاق عمل أية هيئة قائمة أثبتت جدارتها .

تنظيم حملة صحية

الغـــــرض

يمكن تنظيم الحملات الصحية بهدف تحسين المعرفة ، والمهارات ، والمواقف ، والقيم المتعلقة بأي مسألة صحية . كما يمكن تنظيم حملة صحية لإنجاز مشروع محدد للنهوض بالمجتمع .

إن الوعي العام هو المفتاح الأول للحملة الصحية الناجحة . وعلى ذلك فيجب أن يبدأ برنامج معد إعداداً دقيقا لإعلام الجمهور فور اتخاذ المجتمع لقراره بشأن المسألة أو المشكلة التي يريد معالجتها . فمن الضروري أن يعلم الناس ماسوف يحدث ، ومتى سيحدث ، وسبب أهمية المشروع لهم . وتقدم هذه المعلومات في سلسلة من الرسائل أثناء الحملة ، وتستخدم لهذا الغرض جميع قنوات الاتصالات المتاحة ، شاملة الاتصال الشخصي والمنادين والملصقات ومكبرات الصوت والإعلان في أماكن الإجتماعات العامة وإجتماعات الجماعات المختلفة ، وكذلك التغطية الصحفية والإذاعية ، إن أمكن .

وتنظم الحملة الصحية بحيث تختص بمشكلة أو مسألة واحدة . وبتعبير آخر يكون للحملة الصحية شعار أساسي . مثال ذلك « حافظ على النظافة العامة » أو « التطعيم يقي أبناءكم من المرضى » أو « سلامة الأجسام في سلامة الطعام » أو « مياه نقية من

أجل صحة قوية » ، وهكذا . وغالبا ماتصبح هذه الشعارات هي رمز الحملة ، وعلى ذلك فيجب أن تكون قصيرة وملفتة للنظر وسهلة التذكر .

ويجب أن تعنى الحملة بمشكلة واقعية سبق أن حددها أعضاء المجتمع بأنفسهم أو تم التسليم بوجودها . وإذا كانت هناك لجنة صحية في المجتمع ، فسيكون لهذه اللجنة دورها الفعال في التعرف على المسائل التي تحتاج إلى تنظيم حملة ، وفي تخطيط أعمال تلك الحملة .

وغالباً ما تستغرق الأنشطة الفعلية للحملة أسبوعا أو شهرا . ولهذا السبب تسمى الحملات الصحية « أسبوع الصحة » أو « شهر الصحة » .

التنظيم المسبق

على الرغم من أن الحملة ذاتها قد تستغرق أسبوعاً واحداً ، فيجب أن يسبقها كثير من الاعداد . فقد تعمل اللجنة الصحية على مدى عدة شهور أو عام كامل فى تنظيم حملة ناجحة وفي المتابعة اللازمة لها .

ويجب إجراء اتصالات بأعضاء المجتمع في وقت مبكر إذا كان ينتظر منهم أن يشاركوا في العمل أو يتبرعوا بالمال والمواد كما يجب تخصيص الموارد اللازمة لهذا الغرض وتنظيم الأنشطة التثقيفية الصحية .

إن استخدام مجموعة متنوعة من طرائق التثقيف الصحي من شأنه أن يعمق الأثر الذي تحدثه الحملة الصحية . ومن الطرائق التي يمكن استخدامها : التمثيليات ، والأحاديث الصحية ، والمعارض ، والعروض الإيضاحية ، والإجتماعات والمناقشات الجماعية . ويمكن تنظيم البرامج بالاشتراك مع المدارس وغيرها من جماعات تنمية المجتمع .

ويجب إتاحة الفرصة أمام أفراد المجتمع للمشاركة في مشروعات مجتمعية مثل إقامة المراحيض العامة ومحارق القمامة .

المتابعــــة

النشاط الذي يستغرق أسبوعاً واحداً يحدث مزيداً من الاهتمام والحماس . ولكن المشكلات الصحية لاتُحَل إذا نشط الناس مدة أسبوع واحد في العام فقط ، إذ لابد أن

يمارسوا السلوك الصحي طوال العام . كذلك لابد لهم أن يداوموا على الحفاظ على الآبار والمراحيض وصيانتها كل يوم لا يوماً واحداً فقط في السنة .

وإذا كانت هناك لجنة صحية ، فيجب على أعضائها أن يراقبوا استمرار الناس فى ممارسة المهارات الصحية التي تعلموها إبان الحملة الصحية . ومما يساعد أفراد المجتمع على تذكّر المعلومات وممارسة المهارات التي إكتسبوها أثناء الحملة وكذلك على المحافظة على المرافق الصحية التي اقاموها إبان ذلك ، بالزيارات المنزلية والإجتماعات العامة ، والملصقات ، والمناقشات الجماعية والمشروعات المدرسية التى تنفذ على مدار العام .

والحاجة للمتابعة هي أحد الأسباب أو المبررات التي تحتم قيام المجتمع بنفسه بتنظيم الحملة ، (من خلال لجانه أو مجالسه) ، وعدم ترك ذلك للعاملين الصحيين وحدهم . وتجري المتابعة بطريقة أكثر فعالية من قبل أولئك الذين يعيشون في المجتمع .

فمثلاً حملة التطعيم التي تستغرق أسبوعا قد تكون عديمة الجدوى إذا افتقرت إلى المتابعة الكافية . فهناك عدة لقاحات تتطلب تلقي جرعة ثانية بعد الجرعة الأولى بثلاثة



هذا الطفل يُطَعّم خلال حملة تطعيم .
ولكي تنجح الحملة ، لابد لها من متابعة مخططة .

أشهر . كما أن المواليد يحتاجون إلى التطعيم في أوقات مختلفة على مدار العام . لذلك فإن المتابعة الفعالة أمر ضروري لتأكيد نجاح الحملة في تحقيق أهدافها الصحية .

المناسبات الخاصة للمجتمع

لكل مجتمع أعياده ، واحتفالاته ومناسباته الخاصة ، التي قد توافق مواسم خاصة في العام مثل موسم الزراعة ، ووقت الحصاد ، ورأس السنة . وبعض الأعياد دينية وبعضها سياسية ، وبعضها الآخر يحيي ذكرى أبطال وطنيين ومناسبات وطنية . وعادة ما يوجد كثير من هذه المناسبات طوال السنة .

وبعض الأعياد والمناسبات يخصص للراحة والاستجمام ، وبعضها الآخر يدعو إلى التفكير الجاد والتأمل أو العبادة . وأياً كان هدف الموسم أو العيد ، فإن المجتمع كله يحتفي به فى معظم الأحيان .

قيمـــة التثقيـــف

لمعظم مناسبات المجتمع صلة ما بصحة ذلك المجتمع ورفاهته . فأعياد الحصاد والشكر والفطر هي خير وقت للاستمتاع بخصوبة الأرض وخيراتها ، والتعبير عن الامتنان للعناية الالهية على ما أعطت . قد يكون ذلك وقتا مناسبا للتفكير والتأمل في الاهتمامات التالية :

- التغـــذية .
- تخـــزين الطعـــام .
- كيفية الإفادة من الأرباح .
- كيفية التخطيط لحصول أوفر في الموسم القادم .

ويمكن توجيه تلك الدرجة العالية من الاهتمام والحماس اللذين توجدهما تلك المناسبات إلى الاهتمام بهذه المسائل التي لها جميعا صلة بالصحة . ويمكن الإعداد للتثقيف الصحي في شكل تمثيليات وأغان ورقص ومعروضات ومشروعات مدرسية ومناقشات جماعية بمناسبة العيد . وإذا كانت تلك الاحتفالات لمناسبة دينية أو سياسية ، يمكن أن يطلب من أصحاب الرأي في المجتمع أن يدرجوا الاهتمامات الصحية في خطبهم ومواعظهم . كما يمكن ، أثناء تلك الاحتفالات ، أن ينظم تلاميذ المدارس أنشطة خاصة لصالح مدارسهم أو موجهة لآبائهم .

ويمكن تقديم الأحاديث والعروض الإيضاحية في العيادات الطبية . اجعل الناس يحسون بأن الحديث عن الصحة وثيق الاتصال بالمناسبة أو العيد الذي يحتفلون به . واستخدم ، في الرقصات الشعبية ، والأغاني ، والتمثيليات ، وسرد القصص وغير ذلك من ضروب الفن .

وإعداد البرامج التثقيفية للمناسبات والأعياد شديد الشبه بالإعداد للحملات الصحية . لذلك فعليك أن تتيقن من أن جماعات تنمية المجتمع واللجانه الصحية تشارك في اختيار الأنشطة التثقيفية وإعدادها . وكما هي الحال في الحملات الصحية ، فإن مشاركة المجتمع ضرورية للمتابعة التي تضمن عدم إهمال أفكار الناس ومهاراتهم الجديدة ونسيانها .

ماهي المناسبات والأعياد التي يحتفل بها مجتمعك ؟ كيف يمكن أن تربط كل مناسبة بتنمية المجتمع وتحسين صحته ؟ ماهي أنواع الأنشطة التثقيفية التي يمكن الاستعانة بها فى كل من هذه المناسبات ؟ من هم الرواد أو أصحاب الرأي في المجتمع أو الفنانون أو العاملون فى خدمة المجتمع الذين يمكن أن يساهموا في البرامج التثقيفية ؟



عيد من أعياد المجتمع

استنفار موارد المجتمع اللازمة للمشروع

إستنفار mobilizing موارد المجتمع يعني حثّ كل فرد في المجتمع على تقديم مافي وسعه أن يقدمه من موارد لحل مشكلة من مشكلات المجتمع ، إذ لاتستطيع أي لجنة صحية أو ناد أو جمعية أن تنفرد بإنشاء سوق أو بئر أو طريق . فالمساعدة مطلوبة من كل أفراد المجتمع .

التخطيـط للمشـروع

مهارات التخطيط التي جاء وصفها في الفصل الثالث عظيمة الفائدة هنا . ومما يجب تذكره أن المجتمع عليه أن يقوم بمايلي :

- التعرف على احتياجاته الخاصة .
- التوصل بنفسه إلى الحلول اللازمة لمشكلاته الخاصة .
- إشراك أكبر عدد ممكن من الناس تطوعا في المشروع .

والغرض الرئيسي من الاستنفار هو تعزيز قدرة الناس على حل مشكلاتهم مستخدمين مواردهم الخاصة . فالاستعانة بالموارد المحلية تمنح الناس شعوراً بالكبرياء والفخار



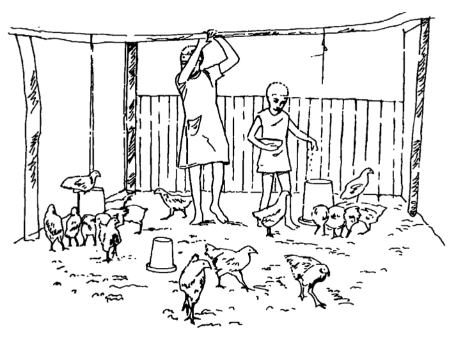
قررّ الناس في هذه القرية أن يشيدوا فصلاً مدرسياً جديداً لمدرستهم الابتدائية عن طريق الجهود الذاتية . وكما يبدو في الصورة تسهم نساء القرية في المشروع بجلب الرمل اللازم للبناء .

والاعتداد بالنفس ، فضلاً عن أنها أرخص السبل لحل المشكلات . كذلك فإن للتعرف على الموارد (الصفحات ٧٢ – ٨٠) أهمية بالغة لاستنفار المجتمع بصورة فعالة .

عليك أن لا تضع الخطط بالنيابة عن الجماعة . بل شّجع أفرادها على إتخاذ قراراتهم بأنفسهم . إن صنع القرارات هو إحدى المهارات التي تتعلمها الجماعة . لكن من الطبيعي أن تقدم لها الإرشاد والاقتراحات . ولنتأكد ، على وجه الخصوص من أن الجماعة تتسم بالواقعية عند تحديد مقدار الوقت والموارد الأخرى اللازمة للمشروع .

تنمية الاعتماد على النفس

بمجرد أن تباشر الجماعة أو الفرد المشروع ، عليك أن تكون موجوداً لتقوم بالمراقبة وإبداء الاقتراحات . وقد يقتضي الأمر منك أن تقدم عرضا إيضاحيا demonstration لبعض المهارات الجديدة . ثم انسحب من الساحة ودع الناس يتعلمون من خلال قيامهم بالعمل بأنفسهم وبعد انتهاء العمل التق بهم لتناقش معهم مدى تقدم مشروعهم . واعرف منهم ما تعلموه . وأجزل لهم الثناء إذا كانوا يعملون في الاتجاه الصحيح .



من خلال مشروع تربية الدواجن الذي تديره المدرسة يستطيع التلاميذ أن يتعلموا الكثير عن التغذية ، وأن يكتسبوا مهارات العون الذاتي وينقلوها إلى عائلاتهم وأن ينموا شعورهم بالمسؤولية .

بيّن لهم ما قد تراه من مشكلات . أطلب من الجماعة أن تفكر في حلول لمشكلاتها .

وفى النهاية ادعُ أعضاء الجماعة أو الفرد المعني ليناقشوا معك النتائج التي تم تحقيقها . واستكشف ما إذا كانوا سعداء بالنتائج التي انتهى إليها المشروع . ماهي المهارات والأفكار الجديد التي تعلموها ؟ ماذا عساهم أن يفعلوه أفضل من ذلك في المرة القادمة ؟ أثنِ عليهم لما حققوه ، فذلك من شأنه أن يحفزهم على الاستمرار .

إذا لم يحالف المشروع النجاح يحزن الناس في العادة أو يغضبون . وهذا أمر طبيعي . وإن حدث ذلك ، عليك أن تساعدهم على أن يفهموا أن الانسان يتعلم أيضاً من أخطائه . وساعدهم على اكتشاف أسباب الفشل . لاتجعلهم يبدأون في إلقاء اللوم على بعضهم البعض . وشجعهم على مناقشة كيف يحسنون عملهم في المرة القادمة .

فكّر في القيم الموجودة في المجتمع الذي تعمل فيه . وهل يقدّر الناس قيمة التعاون ومساعدة الصديق وقت الضيق ؟ هل يقدّرون فكرة قيام كل فرد بتقديم خدمة لمجتمعه ؟ هل يهم الناس أن يبدو مجتمعهم متقدماً في أعين المجتمعات المجاورة لهم ؟

إن كانت هذه القيم موجودة بالفعل في المجتمع ، فانه يُرجح أن يجيد أفراده إستنفار الموارد اللازمة للأعمال التي تحسن أحوال مجتمعهم وتنمي لديهم الاعتماد على النفس .

تنمية روح المشاركة عند الناس

لايدرك الناس في الغالب أهمية قيامهم بالنهوض بصحتهم بجهودهم الخاصة . فهم أحياناً يشعرون أن تلك هي مسؤولية الحكومة . إن الحكومة عليها مسؤولية في هذا الخصوص بالطبع غير أنه يجب ألا يتخذ العاملون الصحيون من دعوتهم الاعتماد على الذات حجة أو ذريعة يتنصلون بها من تقديم الخدمات المفروض أن يتلقاها المجتمع منهم .

وإليك مثالاً لمشروع إرتكز على المجتمع واستغرقت فيه عملية إيجاد روح المشاركة الحقيقية وقتاً طويلاً .

منذ البداية حاول العاملون الصحيون إشراك الناس في التخطيط والبرمجة . وكانوا حريصين على سؤالهم : « ما الذي يمكن أن نفعله معاً بشأن هذه المشكلة ؟ » وبدأ العاملون الصحيون في تحديد

المشاكل مع الناس . وأحب الناس ذلك حباً شديداً ، إذ كان لهم دور عليهم أن يؤدوه . فقد كان العاملون الصحيون في الماضي يجرون تقصياً يتعلق بمشروع إنمائي آخر في المنطقة من دون أن يستشيروهم . ولم يعرف الناس ما حدث لذلك التقصي بعد ذلك لأن أحدا لم يحاول أن يزودهم بأية معلومات عنه . أما في هذا المشروع الجديد ، فقد رحّب الناس باشراكهم في العمل وإطلاعهم على مايجري .

وعندما وصلوا إلى نقطة التخطيط للمشروع ، وجه العاملون الصحيون هذا السؤال : « ما الذي يمكنكم أن تعملوه أنتم بالنسبة لهذه المشكلة ؟ » فذُهل الناس .

وقالوا « لماذا نحن وليس أنتم ؟ أليس هذا واجبكم ؟ » لقد كان هؤلاء الناس في راحة من كل هذا إذ كانوا يتركون العمال الصحيين يتولون العمل في الماضي . والآن يُطلب منهم أن يعملوا شيئاً بخصوص مشكلتهم . ولم يفهم الناس لماذا صار الوضع على ما هو عليه ؟

وقالت مديرة المشروع : من الدروس الهامة التي تعلموها أن من الضروري مساعدة الناس على استعادة الثقة في أنفسهم وطمأنتهم بأنهم قادرون على انجاز العمل . وشرحت المديرة الموقف قائلة : « في الماضي ، سلب العاملون الصحيون من الناس قدرتهم على صنع القرار ولم يشجعوهم على التفكير لأنفسهم . وأدى هذا بالناس إلى فقد الثقة بقدرتهم على المشاركة الفعالة » .

من السهل مناقشة روح المشاركة ، والاعتماد على النفس ، ومشاركة المجتمع ، في الاجتماعات ، ولكن تطبيقها عمليا أصعب كثيرا . وكما يقال في الأمثال : « الأقوال يسيرة والأعمال عسيرة » . إن إشراك المجتمع يتطلب استثماراً هائلاً للموارد البشرية والوقت والجهد . ولايمكن لأيّ عامل صحي أن يحقق استثماراً فعالاً من دون أن يكون لديه الإلتزام والدافع .

إن الإيمان بالناس هو الذي منح عمال المشروع القوة في اللحظات العصيبة في البداية . ولقد أعطوا للمجتمع ماهو أكثر من الخبرة والمعرفة التقنية ، إذ أنهم أخذوا على أنفسهم العهد بالعمل على نجاح المشروع . وعندما أدرك الناس ذلك أخذت العلاقات الإيجابية تنمو وتزدهر .

والآن يتقدم المشروع حثيثاً وزادت مشاركة الناس .

فكّر في تجربتك الخاصة . هل وجدت بعض الناس يمتنعون أحياناً عن بذل الجهد أو تحمل المسؤولية في سبيل تحسين صحتهم ؟ ماذا كانت أسباب ذلك ؟ هل كانت لديهم المهارات اللازمة للقيام بالعمل ؟ هل كنت تقوم بتعليمهم تلك المهارات ؟

في أي الظروف وجدت الناس أشد مايكونون استعداداً للتعاون ؟ ماهي العوامل التي هيأت جو المشاركة بينك وبينهم ؟

دور عامل صحة المجتمع

إن اختيار عمال صحة المجتمع وتدريبهم لمن أهم السبل إلى تقديم الثقافة الصّحية للمجتمع .

وظائف عامل صحة المجتمع

إن عامل صحة المجتمع فرد من أفراده يدرب للعمل في هذا المجتمع بالاتصال الوثيق بنظام الرعاية الصحية . والمتوقع من عامل صحة المجتمع أن يضطلع بطائفة واسعة من الوظائف التي تتضمن عادة : الزيارات المنزلية ، والحفاظ على صحة البيئة ، والتزويد بمورد مياه ملائم ومأمون ، وإجراء الاسعافات الأولية ، ومعالجة العلل البسيطة الشائعة ، والتثقيف الصحي ، والاستقصاء الغذائي ، وأنشطة رعاية صحة الأم والطفل وتنظيم الأسرة ، ومكافحة الأمراض السارية ، وأنشطة تنمية المجتمع ، وإحالة المرضى وحفظ السجلات وجمع البيانات الحيوية .

ولقد صيغت هذه الوظائف ، إلى حد كبير ، في إعلان ألما - آتا الذي حدد المكونات الأساسية الثمانية للرعاية الصحية الأولية على النحو التالي : التثقيف بشأن المشاكل الصحية السائدة وطرق الوقاية منها والسيطرة عليها ، وتوفير الغذاء وتعزيز التغذية الصحيحة ، والإمداد الكافي بالمياه النقية والإصحاح الأساسي ، ورعاية الأم والطفل بما في ذلك تنظيم الأسرة ، والتحصين ضد الأمراض المعدية الرئيسية ، والوقاية من الأمراض المتوطنة محليا ومكافحتها ، والعلاج الملائم للأمراض والإصابات الشائعة ، وتوفير الأدوية الأساسية .

إن عمال صحة المجتمع يحتلون موقعا فريدا ، لأن لهم دورا في كل من المجتمع وضمن نظام الرعاية الصحية . وهم حلقة الاتصال بينهما . فهم في المجتمع يساعدون في التعرف على المشاكل والأشخاص المعرضين للخطر أو المحتاجين للرعاية . ويشركون المجتمع في تخطيط سبل معالجة مشاكله ، ويساعدونه على الاتصال بالخدمات الصحية . ويقوم عامل صحة المجتمع أيضا بتزويد الخدمات الصحية بالمعلومات المطلوبة للترصد والتخطيط والإدارة .

التدريب والإشراف

إن تدريب عمال صحة المجتمع والإشراف عليهم من مهام الرعاية الصحية الأولية التي يؤدي فيها التثقيف الصحي دورا رئيسيا . فبالتثقيف الصحي ، يجب علينا أن نتأكد من أن المجتمع له دور في اختيار عماله الصحيين . وبالمناقشة مع المتدربين ، يجب علينا أن نتفق على الموعد والمكان المناسبين للتدريب . ويجب أن تستخدم طرق التواصل والتعليم المحلية في التدريب للمساعدة على الفهم . ويجب أن يعرف المدربون وجهة نظر الثقافة المحلية بشأن الصحة وأمراض معينة حتى يمكن مناقشة المعتقدات والعادات المحلية مناقشة فعالة أثناء التدريب .

وعامل صحة المجتمع يعمل « كحلقة اتصال » بين المجتمع والخدمات الصحية ، ويقوم بدور رئيسي في مساعدة المجتمع على التعبير عن احتياجاته وتنمية الاعتماد على الذات :

إن مفهوم عامل صحة المجتمع خطوة هامة في التقدم نحو إيجاد السبل الملائمة لجعل الرعاية الصحية في متناول الجميع .

إن الكثيرين من عمال صحة المجتمع ، إن لم يكن معظمهم ، متطوعون . وقد يتقاضون القليل ، أو لايتقاضون شيئا ، مقابل عملهم . وهم محتاجون إلى المساندة المنتظمة من المشرفين عليهم . مثل ممرضة المجتمع أو مفتش الصحة العمومية ، لمساعدتهم على رفع روحهم المعنوية . وينبغي للمشرفين أن يساعدوا عمال صحة المجتمع على تذكر مهامهم . وينبغي لهم أيضا المساعدة في إعلام المجتمع بمهام عمال صحة المجتمع وحثه على مساندتهم في عملهم . ويجب أن نكون حريصين فلا نتوقع أكثر مما ينبغي من عمال صحة المجتمع الذين يعملون تطوعا . فيجب أن نداوم على تشجيعهم والثناء عليهم عندما يستحقون الثناء ، لأنه بدون هؤلاء العمال عند مستوى القاعدة لاتقوم للرعاية الصحية الأولية قائمة .



قروي يتطوع ليكون عاملا صحيا .

توصـــيل الرســـالة الصحيـــة :
الطـــرائق والوســـائل

إن التثقيف الصحي ، كما رأينا ، يساعد الناس على الوصول إلى الاختيارات الحكيمة فيما يتعلق بصحتهم ونوعية حياة مجتمعهم . ولكي يتم لهم هذا يجب أن تقدم لهم المعلومات الصحيحة في شكل سهل الفهم . ويلزم ، في أحيان كثيرة ، تقديم الحقائق والأفكار نفسها بعديد من الطرق المختلفة .

ونناقش فى هذا الفصل الطرائق والوسائل والأساليب التي يمكن استخدامها لتوصيل الرسائل الصحية . كما نقدم مقترحات لتطوير واستخدام كل أسلوب . ولايمكن أن يشتمل هذا الفصل على جميع الطرائق . ولعلك تستطيع التفكير في سبل أخرى لإعلام وتثقيف الناس من حولك . وفي الواقع ، كلما زادت معرفتك بالأهالي ، زاد احتمال وصولك إلى أحسن السبل للتواصل معهم . وأول هذه الطرائق طريقة التخاطب المباشر بين شخص وآخر حيث تكون أنت ، العامل الصحي ، الطرف الرئيسي في التواصل والثانية هي الطريقة غير المباشرة ، التي يكون دورك فيها أن تنقل إلى جمهورك المحلي الرسائل الصحية التي تصدر من مصادر أخرى ، كالبرامج الإذاعية والتليفزيونية مثلا . وهذا التصنيف في مجموعتين هام جدا ، وكثيرا مايوجد تداخل بينهما . فالملصقات ، مثلا ، قد تعتبر طريقة غير مباشرة عندما يقتصر الأمر على وضعها على لوحة إعلانات في مركز صحي . ويمكن أيضا أن تكون متممة للطرق المباشرة عندما تستخدم في حديث صحي . والطرق غير المباشرة يمكن أن تنشأ داخل المجتمع المحلى أو خارجه . ولسوف تكون المواد المنتجة محليا وثيقة الصلة بالموضوع والمجتمع بشكل واضح ، ولكن في إمكانك أن تجعل المواد الخارجية أكثر فعالية لمجتمعك بطريقتك في استخدامها وتفسيرها .

والأمر الهام الذي يجب تذكره هو أن التواصل الصحي الفعال نادرا مايتحقق باستخدام طريقة واحدة بمفردها أو حتى طريقتين أو ثلاث طرائق . ولسوف يتوقف نجاحك على مقدرتك على الجمع بين مجموعة طرائق متنوعة ، من كل من النوعين المباشر وغير المباشر لتحقيق غرضك التثقيفي . إنك تعمل في الموقع الحرج الذي تلتقى فيه وسائل الإعلام بالناس .

توصيل الرسالة الصحية

طبيعة التواصل ودوره

لقد رأينا في الفصل الثاني أن التثقيف الصحي هو العمل مع الناس لحل المشكلات وتحسين نوعية الحياة . والتواصل Communication يساعد على تزويد الناس بالحقائق والأفكار والمواقف التي يحتاجون إليها لاتخاذ قرارات تتسم بالوعي فيما يتعلق بصحتهم .

ويحدث التواصل عندما تُرسل رسالة وتُستقبل . والرسالة في التثقيف الصحي شيء يعتبر العلم به أو فعله مهمين للناس في المجتمع . وقد يكون المصدر عاملا صحيا محليا أو حكومة وطنية أو قد يدرك أعضاء المجتمع أنفسهم الحاجة إلى تغيير . وقد تبث الرسالة من شخص إلى آخر في محادثة خاصة أو في اجتماع جماعة أو في حديث صحي ، أو قد توجه بطريقة غير مباشرة بالإذاعة أو الصحف .

والأمر المهم هو ما يحدث عندما تصل الرسالة إلى الناس الموجهة إليهم . فإذا سمعوها وفهموها ، ونزعوا إلى تصديقها ، فمعنى ذلك أن تواصلا مفيدا قد حدث .

والتواصل بمفرده نادرا ما يغير السلوك . فالسلوك ، كما رأينا ، أعقد مما ينبغي فيما يتعلق بهذا الشأن . ولكن الأفكار أو الحقائق التي تسمع وتفهم وتصدق ضرورية لتمهيد الطريق إلى التغيرات المنشورة في السلوك ومشاركة المجتمع المتسمة بالوعي .

بعض مقتضيات التواصل الفعال

خصصنا الصفحات ٨٢ - ٩٠ من الفصل الثالث لإختيار الطرائق المناسبة باعتبارها جزءاً من عملية التخطيط للتثقيف الصحي . وبعد أن تفحصنا عدداً من الأسئلة الخاصة بالناس ، والموارد ، والظروف المحلية والثقافة ، مازالت هناك أسئلة أخرى في حاجة إلى إجابة . وتدور هذه الأسئلة حول كيفية تطبيق الطرائق التثقيفية عمليا والحاجة إلى الاختبار المبدئي للطرائق والمواد .

تطبيق الطرائق التثقيفية عملياً

هناك ثلاث مسائل لابد من دراستها عند وضع الطرائق التثقيفية موضع التنفيذ :

- متى نجد الناس .

- وأين نجد الناس .
- وكيف نشرك الناس .

اختر الوقت المناسب

عندما تعمل مع الفلاحين ، مثلا ، إعرف متى يعملون ومتى يستريحون . وللنساء عادة أوقات للعمل في البيت أو خارجه وأوقات أخرى للذهاب إلى السوق لذا لابد وأن تنظم اللقاءات والمناقشات مع النساء بحيث تتم في وقت فراغهن . وإذا كان للعروض أن تقام في الأسواق فلابد أن يكون ذلك في وقت احتشاد الناس في السوق . وعندما نكون بصدد تثقيف الأطفال يلزمنا معرفة متى يكونون في مدارسهم ومتى يساعدون والديهم ومتى يفرغون لأنفسهم . اجتمع مع المعنيين وحددوا وقتاً للبرنامج التثقيفى بحيث يناسب الجميع .

اختر المكان المناسب

اعرف المكان الذي يجتمع فيه الناس عادة – الأسواق أو المدارس أو أماكن العمل أو المساجد أو الكنائس أو غير ذلك . وهناك أماكن يتجمع فيها الناس لأسباب اجتماعية . وقد يوجد مبنى صغير للمجتمع مخصص للاجتماعات الهامة . وقد يجتمع الناس أمام بيت كبير العائلة أو أمام منازل أصحاب الرأى . اتفق مع الجماعة على أسهل مكان يمكن لكل منهم الوصول إليه .

أشرك الناس

توجد سبل كثيرة لأشراك الناس . وبعض الطرائق ، مثل التمثيليات ، والمناقشات ، وغيرها ... تتطلب قدراً أكبر من المشاركة مما يتطلبه غيرها . وحتى إذا كنت تلقي حديثا أو تعرض فيلماً ففي مقدورك أن تجد السبل التي تجعل الناس يشاركون كأن يطرحوا عليك أسئلة أو أن تطلب منهم أن يؤدوا بعض الأعمال بأنفسهم . إن ضمان مشاركة الناس في الأعمال أمر مهم للغاية لأن الناس يتعلمون أكثر عندما لايكونون سلبيين . وسوف نناقش طرق إشراك الناس عند مناقشة كل طريقة .

الإختبــار المبــدئي

قبل أن تمارس أي طريقة تثقيفية أو نستخدم مواد تثقيفية علينا أن نتأكد من أنها تناسب الظروف والجماعة ، وإلا إفتقدت الأثر المنشود . ومن هنا ، كانت الحاجة إلى اختبار الطريقة اختياراً مبدئياً كلما أمكن ذلك . والاختبار المبدئي يعني أن نجرب الطريقة التثقيفية في جماعة صغيرة من الناس . فإن أفلحت هذه الطريقة على النحو الذي ترجوه فيمكنك بعد ذلك استخدامها مع أناس آخرين أو جماعات أخرى في المجتمع .

والطرائق والمواد التي تحتاج إلى الاختبار المبدئي هي تلك التي تُعَد إعداداً مسبقاً ، مثل القصص والأساطير ، والأغاني ، والملصقات ، واللوحات القلابة ، واللوحات الوبرية ، والتمثيليات ، وعروض الدُمى (مسرح العرائس) ، والافلام ، والشرائح ، والصور الفوتوغرافية . وليست كل الطرائق قابلة للاختبار المبدئي حيث لايمكن إعدادها كلها إعداداً مسبقاً . فعلى سبيل المثال : إن تمثيل الأدوار ، والاجتماعات والمناقشات الجماعية وغيرها ... تنطوي مقدماً على فكرة عامة عن الموضوع ولكن هذه الطرائق لاتفلح إلا إذا إتخذ المشتركون الاجراءات والقرارات أثناء أدائهم لهذه الطرائق . وبمعنى آخر يجب أن يكون الناس أحراراً في التصرف على نحو مبدع .

إنه لمن الضروري أن يجرى اختبار مبدئي للطرائق والمواد . فأولاً ، إن الناس قد لا يدركون الغرض من الطريقة . وثانياً ، أنهم قد لا يفهمون الرسالة التي تحاول أن تشركهم فيها . وثالثاً ، إنهم قد لا يحبون مايشاهدونه أو يسمعونه . فإن كان احد الملصقات ، مثلاً لايروق لهم فربما يعرضون عنه . وإذا استطعت ان تكشف المشكلات التي يصادفها الناس في استيعاب طرائقك التثقيفية يمكنك أن تغيّر هذه الطرائق أو تُحسِّنها ، كذلك . فان طرائقك التثقيفية ستكون أكثر فعالية إذا أدخلت عليها هذه التحسينات قبل بدء البرنامج . وفيما يلي الخطوات التي يمكن أن تتبعها في إجراء الاختبار المبدئي :

إعِدّ مادتك التثقيفية إعداد جيداً

تمعن هذه المادة لترى ما إذا كانت واضحة ومبسطة . وصحّح الأخطاء ، إن وجدت .

اجمع المجموعات للاختبار المبدئي

اختر أشخاصا مشابهين للذين سيستخدمون المواد النهائية . فإن كنت تعرض ملصقات على أمهات في عيادة الأطفال دون سن المدرسة ، فاجمع أربعاً أو خمساً منهن ليساعدنك في إجراء الاختبار المبدئي وإن كنت تُعِدُّ قصة للفلاحين فاجمع بعضاً منهم ليستمعوا إليك .

اعـرض المـواد

دع مجموعة صغيرة ترى أو تسمع ما أعددته .

وجـه أسـئلة

تحقق مما إذا كانت المجموعة قد فهمت ما عرضته وتقبلته . وإن كنت تختبر ملصقاً ، مثلا ، فهاهي أمثلة للأسئلة التي يمكنك أن تطرحها :

- ما هي رسالة هذا الملصق أو فكرته في رأيك ؟
- لِمن صُمم هذا الملصق في رأيك (للراشدين أو للأطفال أو للرجال أو للنساء أو للفلاحين أو للعمال ، إلخ) ؟
- ماذا عساه أن يكون رأي أصدقائك إذا شاهدوا هذا الملصق ؟
- هل تعتقد أن منظر هذا الملصق يمكن أن يكون أحسن مما هو عليه ؟ هل تعتقد أن الملصق معد للناس المقيمين في هذه القرية / البلدة / المنطقة ؟
- هل تعتقد أنه كان يجب استخدام ألوان أخرى ؟
- هل حجم الصور والرسوم والكلمات كبيرة بقدرٍ كاف أم أنه أكبر أو أصغر مما ينبغي ؟
- ماهي سبل تحسين المُلَصق في رأيك ؟
- هل أفكار الملصق واقتراحاته عملية ومفيدة ؟



إن توجيه الأسئلة يشكل ركناً هاماً في عملية الاختبار المبدئي وفي استخدام الطرائق التثقيفية . فعن طريق الأسئلة يمكن أن تعرف إذا كانت الرسالة التثقيفية معقولة ومقبولة لدى الناس.

أدخِل التعديلات اللازمة

كن مستعدا لتعديل موادك وفقا لما تتلقاه من اقتراحات .

استخدام وسائل الإعلام

إننا عندما نسمع عبارة « وسائل الاعلام » نميل إلى التفكير في شيء ضخم وجماهيري – صحيفة تطبع في مطابع ضخمة بعاصمة البلاد أو إذاعة تصل لملايين المستمعين أو برنامج تليفزيوني منتج بتكاليف باهظة . ولكن لايلزم أن تكون وسائل « الإعلام » وسائل « كبيرة » . فتوجد في أماكن كثيرة صحف تخدم مدنا ومناطق ريفية صغيرة . وهناك مدن صغيرة كثيرة لها محطات إذاعية محلية . وصحيح ، بالطبع ، أن القراءة ليست في مقدور كل شخص ، وأن أناسا كثيرين لايملكون جهاز راديو . ولكن الأعداد التي تصل إليها هذه الوسائل في تزايد كل عام . ولهذه الوسائل فوائد عظيمة عندما تستخدم كجزء من خطة التواصل الصحي .

- فيمكنها الوصول إلى اناس كثيرين سريعا . إن هدفنا هو « توفير الصحة للجميع » ولايستطيع أي عامل صحي أو فريق صحي مهما بذل من جهد أن يصل إلى جميع الناس بالتواصل المباشر بين شخص وآخر .
- وهي قابلة للتصديق ، فإذا قرأ الناس شيئا في صحيفة أو سمعوه في الراديو ، فإنهم ينزعون إلى الاعتقاد بأنه ليس حقيقيا فحسب بل هاما أيضا . وهذه هي الحال ، بصفة خاصة ، عندما يكون المتحدث شخصا له مكانة ويتمتع بالاحترام – مسؤولا حكوميا أو طبيبا مشهورا مثلا .
- ويمكنها تقديم التذكرة والتعزيز في تواتر متصل . فالرسائل الإذاعية المتكررة في برنامج طويل الأجل للتشجيع على الرضاعة الطبيعية ، مثلا ، تساعد الأمهات على تذكر أسباب أهمية ذلك لصحة أطفالهن .

العمل مع وسائل الإعلام على مستوى المجتمع

باعتبارك عامل صحي في قرية ريفية أو في جوار الحضر ، ربما تعتقد أن وسائل الإعلام قليلة النفع لك . وهذا ليس صحيحا بالضرورة . فيمكن لهذه الوسائل أن تزيد من قوة البرنامج التثقيفي إلى درجة تحتم عليك أن تستكشف كل إمكانية للعمل معها :

قم بالتحري عن وسائل الإعلام في منطقتك

إذا كان الناس في مجتمعك يقرأون صحيفة ، فما هي الصحيفة التي يقرأونها ، حتى ولو كان قليلون فقط هم الذين يقرأون الصحف ، فالمرجح أن يكونوا هم أصحاب الرأي . أين تطبع هذه الصحيفة ؟ وإذا كانت تطبع في بلد قريب ، فمن هم الذين يكتبون أخبار منطقتك ؟ وهل يوجد من يكتب عن الصحة ؟ وهل من شأن هؤلاء الناس أن يهتموا بمقال أو خبر عن حدث صحي محلي ؟

اسأل هذا النوع نفسه من الأسئلة عن الإذاعة . ما هي البرامج التي يستمع إليها الرجال أو النساء ، وما هي المواعيد اليومية التي يستمع فيها غالبية الناس ؟ وهل تأتي جميع البرامج من العاصمة ؟ وهل توجد منتظمة عن الصحة ؟ وإذا كانت هناك محطة إذاعة في منطقتك أو على مقربة منها ، فهل ترحب بإذاعة جدولك الخاص بمواعيد التطعيم مثلاً ؟

كن على علم بتغطية وسائل الإعلام للشؤون الصحية

إنك تستطيع دائما استخدام وسائل الإعلام في برنامجك التثقيفي ، حتى لو وجدت أنك غير قادر على استخدام الإذاعة أو الصحف لرسائلك . ولكي تفعل هذا بفعالية ينبغي لك أولا أن تكون على علم بالموضوعات الإخبارية المتصلة بالصحة التي تغطيها هذه الوسائل .

ولتكن متيقظا بصفة خاصة في حالة الصحف ، للتقارير الإخبارية التي يدلي فيها رئيس بلدك أو وزير الصحة ببيان متعلق بالصحة . فهذا يحدث مرارا أكثر مما تظن . فإذا أعلن الرئيس عن حملة وطنية ضد شلل الأطفال مثلا ، فقص الجزء الذى به المقال من الصحيفة وعلقه في مكان بارز ، وهيىء نفسك للإجابة عن الاسئلة التي تدور حوله . واستخدم المقال ليكون الأساس الذي يرتكز عليه اجتماع لجنة المجتمع أو اللجنة الصحية الذي يعقد لبحث هذا الموضوع .

إن محطات الإذاعة غالبا ما تطبع برامجها أو مواعيدها أو تعلن عنها مقدما . فإذا وجدت أن هناك برنامجا عن الصحة معد ليذاع في موعد ويوم معينين ، فادع مجموعة من الناس للاستماع إليه معا ومناقشة الموضوع بعد ذلك . ومرة أخرى ، هيىء نفسك للإجابة عن الأسئلة . وهذه « الاجتماعات الإذاعية » هي الطريقة المثلى للجمع بين فوائد التواصل على المستوى الشخصي من شخص لآخر والتواصل بوسائل الإعلام .

الطـرق والوســائل

الأحــاديث الصحيــة

الغــرض منهــا

الطريقة الطبيعية لتوصيل الرسائل إلى الناس هي التحدث معهم . وفي مجال التثقيف الصحي هناك فرص كثيرة للتحدث مع الناس . وقد نُجري الحديث مع شخص واحد أو مع عائلة أو مع مجموعة صغيرة أو مع جمع غفير من الناس محتشدين . ولقد كانت الأحاديث عن الصحة ومازالت هي أكثر الطرق الشائعة لمشاركة الناس المعارف والحقائق الصحية . وغالباً مايستخدم الناس هذه الطريقة التثقيفية بمفردها . إلا أن الحديث وحده أشبه مايكون بإسداء النصح . وكما رأيت في الفصلين الأول والرابع فإن إسداء النصح يختلف عن التثقيف الصحي .

وجعل الحديث أكثر تثقيفاً يجب الجمع بينه وبين طرائق أخرى لاسيما المُعينات البصرية مثل ، الملصقات ، والشرائح ، واللوحات الوبرية . كما يلزم ربط الحديث بالبيئة المحلية عن طريق استخدام بعض الوسائل مثل الأمثال الشعبية . ولابد من إثارة إهتمام الناس وتأثرهم عن طريق الاستعانة بالمناقشات والأغاني ، وربما تمثيل الأدوار والعروض الإيضاحية .

حجـم الجماعـة

تُوَجَّه الأحاديث عادة إلى مجموعات صغيرة من الناس ولو أنها تقدم أحيانا لمجموعات أكبر كثيرا . فالحديث المذاع بالراديو مثلا يمكن أن يصل إلى كل فرد في البلاد .



إذا أعد الحديث عن الصحة إعداداً جيداً وُقدم بطريقة مُشَوِّقة ، فانه يكون طريقة فعالة لمشاركة الناس الحقائق والمعارف الصحية..

المشـــاركة

إن إحدى مشكلات استخدام الأحاديث هي أنه كلما كبر حجم الجماعة قلت المشاركة والمناقشة . والمناقشة ضرورية فهي تتيح للناس طرح الأسئلة ومشاركة الأفكار

واستيضاح الرسالة الحقيقية للحديث . وهذا أمر ميسور في المجموعات الصغيرة التي يتراوح عدد أفرادها بين خمسة وعشرة أشخاص . وأما في الجماعات الكبيرة فتتضاءل الفرصة أمام الشخص لطرح سؤاله . كما أن بعض الناس في الجماعات الكبيرة ينصرفون بعد انتهاء الحديث وأفكارهم مشوشة . وإحدى الطرق لحل هذه المشكلة هي أن تمكث بعض الوقت بعد انتهائك من الحديث حتى يأتيك الناس فرادى لتوجيه أسئلتهم .

فيما يتعلق بالأحاديث الإذاعية فليس في الإمكان توجيه أسئلة للمتحدث . ويمكن حل هذه المشكلة بعقد اجتماع إذاعي لهذا الغرض (انظر الصفحة ٢٧٩) . كما أن المشاركة والمناقشة يساعدانك على التعلم أيضاً . فتعرف إلى أي مدى يمكنك أن تجيد التواصل Communication . فإن فهم كثير من الناس ماتعرضه من نقاط فأنت إذن متحدث مجيد . وإن لم يفهموا فحاول أن تتعرف الأسباب ، ثم حاول أن تفعل ماهو أفضل .

ولاتقبل الصمت وتفسره على أنه موافقة أو فهم واطرح الأسئلة لتتأكد مما إذا كان الناس قد فهموا ما تناولته من نقاط .

إعداد الحديث

يجب مراعاة النقاط التالية بعناية عند إعداد الحديث :

إعرف الجماعة

تعرف على احتياجاتها واهتماماتها .

اختر موضوعاً مناسباً

يجب أن يكون هذا الموضوع موضوعاً واحداً وبسيطاً . فالتغذية مثلاً موضوع شديد الاتساع . وقد يستغرق الحديث عن كل جوانب التغذية أسابيع عديدة . لذا يمكن تجزئة موضوع التغذية إلى موضوعات بسيطة ، مثل الرضاعة الطبيعية أو أغذية الفطام أو الأغذية البناءة للجسم ، أو الاحتياجات الغذائية لكبار السن ، أو طرق الطهو التي تحفظ القيمة الغذائية ، إلى غير ذلك من الموضوعات .

أحصل على المعلومات الصحيحة والحديثة

راجع كتبك واستشر الناس المرجعيين (ربما المشرف عليك) لتتحقق من صحة جميع الحقائق .

أعِدّ قائمة بالنقاط التي ستتناولها

يجب الاختصار على بضع نقاط رئيسية . فإن حدّثت الناس عن موضوعات كثيرة جداً فإنهم قد ينسون ماقلته .

دَوّن ماسـوف تقـوله

إن كنت لاتميل إلى الكتابة ففكّر بعناية فيما تضمنه حديثك ، فكّر في أمثلة وقصص لتستعين وتستشهد بها لتأكيد ماترمي إليه .

فكّر في المعينات البصرية

فالملصقات والصور الخ .. التي تختار بعناية تساعد الناس على التعلم .

تمرن على إلقاء الحديث بأكمله

ويجب أن يتضمن ذلك سرد القصص وعرض الملصقات والصور .

كم دقيقة يستغرقها حديثك ؟

يجب أن يستغرق حديثك وما يتضمنه من مُعينات بصرية ، مدة تتراوح بين ١٥ و ٢٠ دقيقة . ويلزم أن تسمح بخمس عشرة دقيقة أخرى إضافية تُخصص للمناقشة وللأسئلة . فإن كان الحديث أطول من اللازم قد يشعر الناس بالملل والقلق .

عمـــل الترتيبـات

كما سبق أن ذكرنا فان التنظيم الجيد يقتضي أن تُولي كثيرا من التفاصيل اهتمامك .

أين ستلقي الحديث ؟

هل المكان بعيد عن الضوضاء ؟ وإذا كان في موسم الامطار فهل المكان مسقوف ؟ وهل يتسع لاستيعاب الجماعة بأكملها ؟ وهل هناك مقاعد تكفي لمن يحتاجها ؟ وهل المكان من الصغر بحيث يسمح للناس الجالسين في المؤخرة بأن يسمعوا ويروا ؟ هل يستطيع الجميع الوصول إلى المكان بسهولة ؟

ما موعد إلقاء الحديث ؟

اختر الوقت الذي لايكون فيه لدى أعضاء الجماعة مشاغل أخرى . وتجنب الوقت الذي يتعارض مع حدث آخر في المجتمع .

ومن الممكن أن يكون الحديث جزءاً من أحد الاجتماعات المنتظمة لهيئة دينية أو اجتماعية أو غيرها في المجتمع . فابحث عن تلك الاجتماعات . ولاتتجاوز الوقت الذي تسمح به الجماعة لك ، فقد تكون لديهم أعمال هامة أخرى لابد أن ينجزوها .

الأمثال

الأمثال Proverbs أقوال مأثورة قصيرة عن الوجدان العام ، ويتوارثها الناس جيل بعد جيل . وهي تنبع من خبراتهم في كل ثقافة ، وشأنها شأن النصيحة فانها تحض على أفضل السلوكيات .

وبعض الأمثال صريحة واضحة المعاني وبعضها الآخر مُعَقّد ويحتاج إلى تدقيق السمع والتفكير لفهم معناه . وهاك بعض الأمثال من أحد البلدان الأفريقية . أنظر ما إذا كنت تستطيع فهم معناها :

(أ) لا تنشغل بمعالجة السعفة وتنسى الجُذام .

(ب) قد يملك الشاب من الثياب الجديدة عدد ما يملكه الشيخ . ولكن أنىّ له أن يقتني مثل مالدي الشيخ من حلل عتّقها الزمن .

(ج) تشكو الدجاجة الدرد مع أنها تشرب الماء وتبلع الحجر ، فهل يأكل الكبش حديدة رغم أسنانه العديدة ؟

الغـرض منهـا

الغرض من الأمثال proverbs هو تعزيز أو توضيح أمر أساسي عن الصحة تريد توضيحه .

اكتشـاف الأمثـال المحـلية

لعلك الآن تلم بكثير من الأمثال الشائعة في القرية أو المجتمع الذي تعمل فيه . وإن لم تكن لك دراية بها ، فإن أفضل طريقة لتعلمها هي التحدث مع كبار السن الذين قد يساعدونك أيضا في برنامجك التثقيفي لأنهم دائماً يتلذذون بترديد الأمثال .

استخدام الأمثال في التثقيف

يمكن الجمع بين الأمثال وبين الأحاديث ، والعروض الإيضاحية demonstrations ، والقصص ، والتمثيليات . كما يمكن عرض الأمثال على الملصقات أو مع الرسوم المتتابعة . فكّر في استخدامات أخرى للأمثال . إن الناس شديدو التعلق بأمثالهم . فإن إستخدمت هذه الأمثال بفهم صحيح لمعناها فإنك تترك فيهم الانطباع بأنك ملم بثقافتهم وفاهم لها . وحيث إن الأمثال مألوفة لدى الناس فإنهم قد يلتزمون باتباع ماتحمله من نصائح صحية .

هاهي معاني الأمثال الثلاثة السابقة .

(أ) المثل الأول : حاول أن تحل المشكلات الأشد خطورة أولاً .

(ب) المثل الثاني : يتمتع العجوز بخبرات أكثر من الشاب .

(ج) المثل الثالث : بعض الناس لديهم مايحتاجون إليه ، ومع هذا فهم لايقنعون .

والمثل الأول يمكن أن يكون مفيدا أثناء التحدث مع الأمهات لحثهن على إحضار أطفالهن إلى العيادة حين يمرضون بدلاً من انشغالهن بأعمال أخرى .

والمثل الثاني يمكن أن يحض الشباب على إحترام والديهم المسنين ورعايتهم .

وأما المثل الثالث فإنه يذّكر الناس بأن يكونوا واقعيين حين يخططون للمشروعات .

إن كنت مع مجموعة من العاملين الصحيين أو العاملين في تنمية المجتمع فاطلب من كل منهم أن يأتي بمثل شعبي . ناقش كلاً من هذه الأمثال وكيف يمكن استخدامها في توصيل الأفكار الصحية .

الأساطير

الأساطير fables قصص خيالية تروى للأطفال منذ أجيال عديدة . وعادة ماتكون شخصياتها من الحيوانات .

الغرض منها

المفروض إن أفعال شخصيات الأساطير تعلم الأطفال طرقاً صحيحة للسلوك . كما أنها تبين للبالغين القيم التي لها أهميتها في المجتمع .

حجم الجماعة

يمكن استخدام الأساطير مع الأفراد أو الجماعات الصغيرة . كما يمكن استخدامها في البرامج الإذاعية حتى تصل إلى عدد كبير من الناس .

نموذج من الأساطير

كثيراً ماتذكر السلحفاة في الأساطير . والأطفال يصغون دائما إلى هذه القصص بآذان واعية ليعرفوا ما إذا كانت السلحفاة ستحل المشكلة التي تدور حولها الأسطورة .

كانت السلحفاة والجدي صديقين حميمين . وكانا معتادين على السير معاً مسافات طويلة . وذات يوم وبينما هما سائران ، قال الجدي للسلحفاة : « تشتهي نفسي غذاء شهيا ، فهيا نبحث عن شيء من الطعام » . ووافقت السلحفاة وبدأ الإثنان يبحثان . وسرعان ما التقطت أنفاهما رائحة طعام لم يستطيعا مقاومتها . وظلاً يتتبعان مصدر الرائحة حتى وصلا إلى عرين الأسد . ولم يكن الأسد وقتذاك في بيته . فقالت السلحفاة لصاحبها الجدي ، إني لمحت للعرين بابا خلفيا ، فهيا ندخل منه هادئين ، فنأكل ما شئنا من الطعام هانئين ، ثم نتسلل خارجيْن قبل أن يكتشفنا صاحب العرين . وهكذا نفذا معا إلى البيت . فوجدا في داخله مالذ وطاب . وبدأ يأكلان ويشربان . وبطريف الأحاديث يسمران ويلهوان . حتى أبصرا

ملك الغاب قادما من بعيد يسبقه زئير كأنه وعيد . فانطلقا إلى الباب الخلفي من جديد ، هربا من سوء المصير . وكانت السلحفاة بطبعها قنوعة فلم تأكل من طعام الأسد إلا القليل وهكذا تسربت من باب النجاة في غير عناء . أما الحدي فقد كان أكولا وظل يعبّ من الطعام والشراب عباً حتى امتلأت معدته وانتفخ بدنه وانحشر في باب الخروج ولم يتمكن من الهروب . وحاولت صديقته السلحفاة أن تجره إلى الخارج ولكنها لم تفلح .

وكان الأسد جائعا عندما وصل إلى عرينه . واهتاج عندما رأى ما حدث لطعامه ، وتلفّت فرأى الحدي السمين يحاول الهرب . فما كان منه إلا أن جذبه بقبضته القوية فأصبح في لحظة خاطفة طريحا بين مخالب الأسد وأنيابه . وفي ذاك الوقت كانت السلحفاة قد فرت بعيدا . وتعلمت السلحفاة أن نجاتها كانت بسبب عدم إفراطها في الأكل . وتعلمت أيضا أن الأسد كان أولى بطعامه . فقررت ألا تعود أبدا إلى أخذ طعام الآخرين .

من هذه الأسطورة يتعلم الأطفال أن لايسرقوا وأن لايكونوا نَهِمين .



يمكن تعلمّ الكثير من الأمثال المفيدة من خلال التحدث مع كبار السن الذين في مقدورهم أن يقدموا أيضاً الكثير من المعلومات عن تاريخ المجتمع وثقافته ومشاكله .

الفائــدة التثقيفيــة

يمكن أن تستفيد من الأساطير عندما تتحدث إلى مجموعات صغيرة من الأطفال . وهي مفيدة أيضا في التثقيف الصحي للآباء . وعندئذ يتمكن الوالدان من سرد هذه القصص على أطفالهما . وعقب الانتهاء من الحكاية عليك دائما أن تناقشها مع من

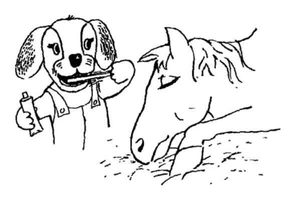
يستمع إليك . وأن توجه إليهم أسئلة مثل : لماذا أكل الجدي طعام الأسد ؟ هل كان هذا التصرف سليماً ؟ لماذا افترس الأسد الجدي ؟ هل كان الدرس الذي تعلمته السلحفاة في النهاية صائباً ؟ وعن طريق تشجيع الناس على التفكير في الأساطير ومناقشتها ، يمكنك أن تساعدهم على التعلّم . وأطلب من المستمعين أن يقصّوا عليك بدورهم مافي جعبتهم من قصص مماثلة . واسألهم إذا كانوا يستطيعون تأليف أساطير تتعلق بالصحة .

إن الأساطير fables المستخدمة في التثقيف الصحي من شأنها أن توضح كيف يؤثر السلوك في الصحة . كما أنها تبين أي السلوك يرتقي بالصحة وأيها يضربها . وينبغي أن تشرح الأساطير أسباب اختيار السلوكيات الصحية . ويتعين عند الإنتهاء من سرد الأسطورة أن تكون أصلح السلوكيات بالنسبة للصحة واضحة في أذهان الجميع .

نموذج من الأساطير المستخدمة في التثقيف الصحي

فيما يلي أسطورة تم تأليفها للأطفال لتوضح لهم أهمية تنظيف أسنانهم بانتظام . وشخصيتا القصة حصان وكلب . فعندما تقوم أنت بتأليف أسطورة اختر حيوانات يعرفها الأطفال في مجتمعك .

كانت عادة الحصان والكلب أن يتناولا طعامهما معاً في المساء بعد كل يوم عمل شاق . وبعد تناول الطعام كان الحصان يذهب مباشرة للنوم بسبب انهاكه . وكان الكلب أيضاً يشعر بالتعب ، ولكنه كان ينظف أسنانه قبل أن يخلد إلى النوم . وذات مساء سأل الحصان الكلب « لماذا تداوم على تنظيف أسنانك ؟ لماذا لا تنام مبكراً مثلي حتى تستريح وتستعد لعمل الصباح ؟ » فأجابه الكلب قائلاً « إن تنظيف أسناني يقويها . ومن الضرورى أن تكون للكلاب أسنان قوية لمضغ العظام وحراسة المنازل من الحيوانات الشرسة . » واكتفى الحصان بالضحك وذهب للنوم كعادته .



وذات يوم أحضر صديق إلى الحصان بعض التفاحات الصلبة وكان الحصان مولعاً بالتفاح . وقرر أن يحتفظ بهذه التفاحات حتى ينتهي من العشاء . وفي تلك الليلة وعندما كان الكلب مستغرقاً في قرقشة العظام ، بدأ الحصان يأكل تفاحاته . وبعد أول قضمة منها سمع في فمه طقطقة عالية ، وأحس بالألم الشديد وبدأ في الصهيل والعويل .

وسارع الكلب ليرى ما أصاب صديقه . فوجد بجانب التفاحة الملقاة على الأرض إحدى أسنان الحصان . وناشده الحصان صائحا « هلا أرجعت سني إلى مكانها ؟ أريد أن تعود أسناني قوية من جديد » . ولسوء الحظ كان قد سبق السيف العَذل ففقد الحصان سنه ولم يسعفه صديقه في إعادتها إلى ما كانت عليه .

وبعد الفراغ من سرد مثل هذه الاسطورة ، ينبغي أن يسأل العامل الصحي الأطفال أسئلة كهذه : لماذا سقطت سن الحصان ؟ لماذا كانت أسنان الكلب من القوة بحيث تجعله يمضغ العظم ؟ هل تود أن تكون مثل الحصان أم مثل الكلب ؟ ماذا يمكنك فعله لتضمن بقاء أسنانك قوية متينة ؟

ويمكن تشجيع الأطفال على رسم صورة مثل الموضحة أعلاه لتساعدهم على تذكر ماتعلموه .

ماهي الأساطير التي سمعتها وأنت طفل ولاتزال تذكرها ؟ ماهي الأساطير fables التي يتناقلها الناس في المجتمع الذي تعمل فيه ؟ هل يتصل بعضها بالمسائل الصحية ؟

تحدث مع كبار السن في المجتمع لتعرف المزيد من الأساطير المحلية . حاول أن تقوم بتأليف أساطير تتعلق بالتثقيف الصحي بشأن المشكلات الصحية الشائعة بين أطفال مجتمعك . وابدأ بحكاية هذه الأساطير لعدد قليل من الأطفال لترى ما إذا كانوا قد فهموا مغزاها أم لا . وهذا هو الاختيار المبدئي . وبعد أن تُجرى عليها التعديلات اللازمة ، يمكنك أن تستخدمها ضّمن برنامجك للتثقيف الصحي .

القــصص

غالبا ما تُروى القصص stories عن الأعمال الباسلة التي قام بها أسلاف القرية وأبطالها . وقد يستعيض رجل مسن عن نقد سلوك شاب برواية قصة يوضح بها

مقصده . وربما يبدأ الحديث قائلاً « أذكر منذ عدة سنوات أنه كان هناك شاب في مثل سنك تماماً ... » وبعد ذلك يستطرد فى وصف ما فعله ذلك الشاب فنتجت عنه المتاعب . وقد تكون القصص طريقة من طرق سرد الأحداث الهامة أو الشيقة التي حدثت في القرية . ومن ثمّ فيمكن للقصص أن تُسلّي الناس وتعلمهم التاريخ ، وتنشر الأنباء والمعلومات وأن تكون هي ذاتها دروساً وعبراً تُلقّن عن السلوك .

الغـــرض منهـا

يمكن الاستعانة بالقصص stories في تقديم الأفكار والمعلومات ، وفي تشجيع الناس على النظر في مواقفهم وقيمهم ، ومساعدتهم على تقرير طريقة حل مشكلاتهم .

حجـم الجمـاعة

يمكن أن تحكي القصص لفرد واحد أو لجماعات صغيرة أو كبيرة . كما يمكن تقديم القصص عن طريق الإذاعة لتصل إلى المجتمعات أو الأقاليم أو حتى إلى بلدان بأكملها .

خصائص القصة الجيدة

يجب أن تكون القصة قابلة للتصديق . ويلزم أن يكون لشخصياتها أسماء . وينبغي أن يكون عمل هذه الشخصيات من نوع أعمال الناس في مجتمعك . ويجب أن تكون تصرفات هذه الشخصيات تصرفات طبيعية عادية ، وليست غريبة غير مألوفة . تأكد من أنك لاتذكر فى قصصك أسماء أناس حقيقيين في مجتمعك ولا أوصافهم . فإن فعلت ذلك فى قصتك واستمعوا إليها فقد تسبب لهم الحرج أو تثير فى أنفسهم الغضب . ويجب أن تكون القصة قصيرة . وإلا أحس الناس بالملل . وربما ينسون بعض أجزاء القصة . فحسبك خمس أو عشر دقائق على الأكثر .

ويجب أن تنتهي القصة بمغزى واضح تماماً إذ يجب أن يتضح في أذهان الناس ماهو التصرف الصحيح وماهو التصرف الخاطىء .

اجتنب ذكر عبارات التحقير والكلمات القاسية في القصة . فإن قلت مثلاً : « إن هذه الأم الحمقاء لم تحضر إبنها إلى العيادة في الوقت المحدد » فان بعض الأمهات قد يشعرن بالامتعاض ، إذ ربما لم يكنّ قد أحضرن أطفالهن إلى العيادة في الوقت المحدد

أيضاً . وقد لا يستمعن إليك مرة أخرى . اقتصر على وصف تصرفات أشخاص القصة . ودع المستمعين يتوصلون إلى أحكامهم بأنفسهم . وإذا أجدت سرد القصة فسوف يصدر الناس أحكامهم عليها بطريقة صائبة .

واعقب القصة دائماً بمناقشات وأسئلة . ولاتخبر مستمعيك برأيك عن من أحسن صنعا . بل أطلب منهم أن يدلوا بآرائهم الشخصية . فإن تشجيع الناس على التفكير في القصة ومناقشة وقائعها المختلفة التي أثرت فيهم ، سوف يزيدهم علماً .

نموذج من القصص

السيدة عائشة امرأة مشغولة دائماً ، إلا أنها تحاول أن تبذل قصارى جهدها في سبيل أولادها . إنها خياطة . وهي تنفق الأموال التي تكسبها على شراء أفضل ماتستطيعه من الطعام وغيره لأطفالها . وفي العام الماضي اشترت كلة (ناموسية) لأطفالها . والآن ينام أطفالها آمنين مطمئنين في الليل . ولما كانوا الآن بعيدين عن لدغات البعوض ، فلم يعودوا يصابون بالحمى كما كانت حالهم من قبل . ونتيجة لذلك زادت سعادة الأطفال ووالديهم على السواء .

وللسيدة عائشة ولد نبيه اسمه عمر . وهو متفوق في مدرسته ، الأمر الذي يفاخر به والداه ولعمر أصدقاء كثيرون ، أحبهم إليه فيصل .

وذات يوم تلقى الوالدان خطاباً من بلدتهم . فوالدة السيدة عائشة مريضة جداً والعائلة ترغب في حضورها وزوجها إلى البلدة في الحال . وسأل عمر عما إذا كان في مقدوره أن يظل مع صديقه فيصل اثناء غياب أبويه . ووافق والداه على ذلك .

وبعد أن أقام عمر بضعة أيام مع فيصل ، اكتشف أن والدة فيصل ليست كأمه ، إذ أنها تملك حانوتاً في السوق . وهي تسهر فيه حتى وقت متأخر من الليل . وكانت لاتعطي للأولاد إلا قليلاً من المال ليشتروا به مايلزمهم من الأرز والفول .

ولم يكن لدى فيصل كلة (ناموسية) . وفي الليل كان هو وعمر يتقلبان بسبب لدغات البعوض . وكانا يتعبان في النهار كذلك . وذات يوم شعر عمر بارتفاع في درجة حرارة جسمه . ثم أحس بالبرودة والألم . ولم يتمكن من الذهاب إلى المدرسة بضعة أيام . وعادت السيدة عائشة وزوجها ليجدا إبنهما وقد ألم به المرض ، فأخذاه إلى المركز الصحي . وعندما شفي من المرض شكر أمه وطلب منها أن تتحدث مع والدة فيصل بشأن إعطاء مزيد من العناية لإبنها .

وفيما يلي بعض الأسئلة للمناقشة . لماذا أصيب عمر بالحمى ؟ ولماذا كان متفوقاً في المدرسة ؟ على أي وجه يمكن أن تنفق الأم ماتكسبه من مال ؟ ماهي النصيحة التي يمكن أن تسديها السيدة عائشة إلى أم فيصل ؟ كيف تقدم السيدة عائشة النصيحة إلى تلك الأم بطريقة لاتثير غضبها ؟

إذا كانت البرداء (الملاريا) مرضاً شائعاً في منطقتك ، فقص هذه القصة على الأمهات في مجتمعك . وبدل الأسماء والمهن الموجودة في هذه القصة ليزيد من تصديق الناس لقصتك . والآن عليك بتأليف قصص تتناول المشكلات الصحية الشائعة من حولك .

دراســات الحــالات

إن دراسات الحالات case studies شبيهة بالقصص في ناحية من النواحى فيما عدا أن دراسات الحالات تمثل خبرات من واقع الحياة . فهي ترتكز على حقائق وتعرض الأحداث كما حدثت في الواقع . والتفاصيل عن كيفية كتابة واستخدام دراسة الحالة واردة في الصفحات ١٦٨ – ١٧٣ من الفصل الخامس مع نموذج من دراسات الحالات .

العروض الإيضــاحية

إن العروض الإيضاحية demonstrations أسلوب جذاب لمشاركة المعرفة والمهارات وهي تتضمن مزيجا من التعليم النظري والتطبيق العملي يبعث فيها الحياة . ولمعرفة التفاصيل عن كيفية إعداد وإجراء عرض إيضاحي أو سلسلة من العروض الإيضاحية أنظر الصفحات ١٦٤ – ١٦٨ من الفصل الخامس .

الملصقــــات

الملصق poster هو رقعة كبيرة من الورق ، عرضها ٦٠ سم وطولها ٩٠ سم عادة وعليها كلمات ، وصور أو رموز تنقل رسالة إلى من ينظرون إليها . وتستخدم الشركات التجارية الملصقات على نطاق واسع للإعلان عن المنتجات وتدعيم الرسالة التي تنقلها أجهزة الإعلام الأخرى .

الغرض منها

يمكن استخدام الملصقات استخداما فعالا في ثلاثة أغراض :

- تقديم المعلومات والنصائح .
- التزويد بالتوجيهات والإرشادات .
- الإعلان عن الأحداث الهامة والبرامج .

حجم الجماعة

يمكن أن تكون الجماعة صغيرة أو كبيرة . وقد تشمل المجتمع بأسره . وفي بعض الأحيان قد ترغب في استخدام الملصقات مع الأفراد . فإن كنت تقوم بإبداء المشورة لشخص ما في العيادة ، أو في المدرسة أو في مكتبك ، وكانت هناك ملصقات على الحائط تتصل بمشكلة ذلك الشخص ، فبإمكانك توجيه نظره حتى ينظر إليها .

محتواها

هناك عدد من القواعد التي ينبغي مراعاتها عند تصميم الملصقات :

- يجب أن تكون ألفاظ الملصق كلها باللغة المحلية .
- ويجب أن تكون كلماته قليلة وبسيطة .
- ويجب استخدام الرموز التي يمكن للأميين أيضاً أن يفهموها .
- ويجب أن تستخدم الألوان لجذب الانتباه .
- خصص فكرة واحدة لكل ملصق poster ، فتزاحم الأفكار يجعل منظر الملصق مشوشاً فيختلط الأمر على الناس . فإن كانت لديك أفكار كثيرة تريد أن تنقلها إليهم فاستخدام أسلوب اللوحات القلابة flipchart بدلاً من الملصق (انظر الصفحات ٢٥٤ – ٢٥٨) .

وينبغي أن تحتوي الملصقات التي تعلق عن أحداث معينة على البيانات التالية :

- اسم الحدث .
- تاريخ الحدث وموعده .

- مكان الحدث .
- أسم الهيئة المشرفة على الحدث .

وينبغي أن يكون حجم الملصق من الكبر بحيث يتمكن الناس من رؤيته بوضوح . وإن كنت تستخدم الملصق مع جماعة ، فتأكد من أن الموجودين في المؤخرة يمكنهم رؤيته بوضوح أيضاً .

اختيار مكان الملصقات

ضع الملصق في مكان يمكن للناس رؤيته :

- ضع الملصقات في أماكن يرجّح أن يطرقها أناس كثيرون (الأسواق وقاعات الاجتماعات) .
- استأذن قبل أن تعلق الملصق على حائط منزل أو بناء .
- تعتبر بعض الأماكن والمباني والأحجار والأشجار مقدسة أو ذات أهمية خاصة عند بعض الناس ، فإياك أن تعلق الملصقات عليها ، فقد تثير بذلك غضبهم ، وعندئذ لن يتعلموا شيئاً من ملصقك .
- لاتترك الملصق معروضا أكثر من شهر واحد ، وإلا ملّه الناس وبدأوا في تجاهله ، وداوم على تغيير الملصقات لتحافظ على اهتمام الناس بها ، وعندما تنزع الملصقات القديمة ، احفظها إن كانت فى حالة جيدة ، وإذا كان الملصق ممزقاً وبالياً ، فتخلص منه بالقائه في سلة المهملات لتكون أسوة حسنة للناس في النظافة .

أين تجد الملصقات

إن وزارات الصحة ، والتعليم ، والإعلام والهيئات الطوعية وبعض الشركات الخاصة قد تكون لديها ملصقات جاهزة يمكنها أن تعطيها أو تعيرها لك . وقبل أن تستخدم هذه الملصقات اختبرها مبدئياً لتتأكد من أنها ستكون مجدية في مجتمعك .

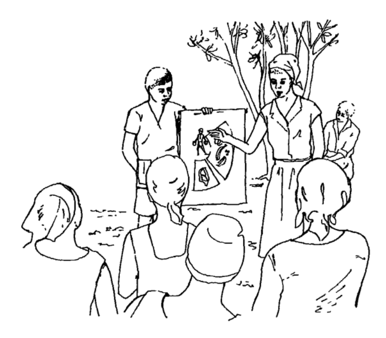
ويمكنك أن تقوم وأفراد مجتمعك بتصميم ملصقاتكم . وقد يكون في إمكان مطابع الوزارة أو المطابع الخاصة في البلدة أن تطبعها . إحسب تكلفة الطباعة قبل أن تقدم على

ذلك . ويؤثر في هذه التكلفة كلّ من حجم الملصق وعدد ألوانه التمس مشورة دار الطباعة بشأن أرخص السبل لتصميم الملصق وربما تضطر إلى طلب تبرعات مالية تغطي التكاليف . وإن كانت فكرة الملصق جيدة ، فعسى أن تقوم الوزارة أو هيئة طوعية بطبعها مجاناً ، ولكن عليك ألا تتكل على ذلك . كذلك يمكن أن يتولى المجتمع تصميم وإنتاج ملصقاته مستخدماً المواد والأدوات المحلية . ونخصص بقية هذا القسم لنشرح كيف يمكنك إعداد ملصقاتك البسيطة واختبارها مبدئياً واستخدامها على نحو مفيد .

إعـداد الملصقـات

إن المواد والأدوات المستخدمة في إعداد الملصقات هي بالأفرخ الكبيرة من الورق في أقلام الحبر ، وأقلام الرصاص ، وأصابع الطباشير أو الشمع ، وأقلام وضع العلامات ، والألوان وفُرش التلوين ، والصور الفوتوغرافية ، وصور المجلات القديمة ، والغراء .

قرّر كيف تستخدم الملصقات . فذلك سوف يحدد لك عدد الملصقات التي ستصنعها . فإن أردت أن تستخدم الملصقات كمعينات لك في أحاديثك عن الصحة ،



يمكن للملصقات أن تزود الناس بالأفكار والمعلومات . إن هذه العاملة الصحية قد ثبتت عصا من الخشب في الطرف العلوي للملصق وبذلك يحافظ عليه مدة أطول . كما أنها دعت شخصاً ليحمل الملصق حتى تتمكن هي من الإشارة إلى الصورة والتحرك بسهولة ويسر .

فإنك لن تحتاج إلا إلى ملصق واحد . أما إذا أردت أن تستخدمها على صعيد المجتمع فإنك سوف تحتاج إلى الكثير من الملصقات . فابدأ بحصر عدد الأماكن التي ستوضع فيها الملصقات . ولاتصنع عدداً كبيراً منها يفوق ماتحتاج إليه ، لأن في هذا مضيعة للجهد والمال .

وابدأ بعمل رسم تجريبي للملصق قبل أن ترسمه على صفحة كبيرة من الورق. وأشرك أفراد جماعتك أو أعضاء اللجنة الصحية في تصميم الملصق . وانسخ منه عدة نسخ لتجري عليها اختباراً مبدئياً قبل أن تصنع الملصق النهائي .

وهناك عدة طرق لرسم الصور على الملصقات . فلعلك تكون أنت أو أحد أفراد الجماعة أو المجتمع ، بارعاً في الرسم أو التلوين . وإن لم يوجد شخص قادر على الرسم ، يمكنك أن تنقل صورة من كتاب أو مجلة باستخدام ورقة شفافة . وهناك طريقة أخرى وهي أن تقص صوراً من المجلات القديمة وتلصقها على الملصق . كما يمكنك لصق الصور الفوتوغرافية كذلك .

أشرك الناس معك في صنع الملصقات . اصنع أمامهم نموذجاً للملصق ، واطلب من أفراد مجتمعك أن يصنعوا المزيد على شاكلته . كذلك يمكنك أن تستعين بتلاميذ المدارس في ذلك . بل ويمكنك عقد مسابقات في إعداد الملصقات مما يثير إهتمام الناس ويساعدهم على تعلم أشياء كثيرة عن الصحة .

الاختبار المبدئي للملصق

لاتنس أن تختبر ملصقك اختباراً مبدئياً لتتأكد من أن الناس يتفهمونه ويتقبلونه . والملصقات لاتنطق . فإن لم يفهم الناس الملصق فلن يستطيعوا أن يوجهوا له الأسئلة . ولابد أن تنطوي الملصقات ، التي تنشرها في القرية أو في البلدة ، على رسالة واضحة كل الوضوح .

إستخدام الملصقات بين الجماعات

إن كنت تستخدم ملصقاً مع الجماعة فثبته مؤقتاً على حائط أو على شجرة أمام الناس حتى يتمكنوا جميعاً من رؤيته . ويمكنك أن تطلب متطوعا ليساعدك في حمل الملصق . وهذا أفضل ، إذ يمكن للمتطوع أن يطوف بالملصق بين الجماعة حتى يراه الجميع عن كثب .

ولاتقف أمام الملصق أثناء تحدثك عنه . ولاتحاول أن تقوم أنت بحملة . فإنك إن فعلت ذلك لن تتمكن من توصيل المعلومات بنجاح إلى الجماعة التي تخاطبها . ويمكن استخدام الملصقات باعتبارها موضوعاً تدور حوله المناقشة . ولا ترفع ملصقاً ثم تشرع في شرحه في الحال ، بل افعل مايلي :

- أطلب من كل شخص أن يدقق النظر في الملصق ، وأعط الجميع الفرصة ليروه بوضوح .
- سل الناس عما يرونه : ما الذي يعتقدون أنه يحدث في الصورة ؟ دعهم يفكرون بأنفسهم .
- إن كانت هناك كلمات مكتوبة على الملصق ، فانظر فيما إذا كان من بين أفراد الجماعة من يستطيع القراءة ، وأطلب منه أن يقرأ تلك الكلمات بصوت مرتفع تسمعه الجماعة .
- أضف إلى هذه الكلمات مالديك من أفكار أثناء المناقشة .
- التفت إلى الملصق مرة أخرى فى نهاية المناقشة ، وسل الناس عما يعتقدونها رسالة هذا الملصق ، فالتكرار والمراجعة مع استخدام الملصق يساعدان الناس على التذكر .

حماية الملصقات وتخزينها

حبذا لو ألصقت قطعة من الورق المقوى خلف الملصق على الأقل في الجزء العلوى منه . فذلك يحفظه من التمزق عند رفعه أمام الجماعة لرؤيته ولابد من تخزين الملصقات بإحدى هاتين الطريقتين :

- أن تُبْسَط في خزانة مع وضع صحيفة من الورق النظيف فوقها لحمايتها من الغبار .
- أن تُلَف مع ربط قطعة خيط أو حلقة من المطاط حولها ، وإن علّقت في الملصق لافتة صغيرة تحمل عنوان الملصق وموضوعه ، فسوف يمكنك التعرف عليه من دون حاجة إلى بسطه .

تأكد من أنك تحتفظ بالملصق جافاً ونظيفاً من الغبار .

المَعَـارض

المعرض display هو مجموعة مرتبة من الأشياء الحقيقية والنماذج والصور والملصقات وغير ذلك من الأشياء التي يمكن أن يشاهدها الناس ويتعلمون منها . ويمكن أن يكون العرض بسيطا جدا أو معقدا جدا . وتصل المعارض إلى قمة نجاحها إذا استخدمت فيها مواد متنوعة لاجتذاب الناس ، والرسم التالي يبين معرضين تستخدم فيها الملصقات .



تتراوح المعارض بين البساطة الشديدة وبين التعقيد الشديد . وتستخدم المعارض مجموعة من المواد والأدوات التي تضفي عليها جاذبية في أعين الناس وتُيسِّر التعلم .

الغـرض

يمد المعرض الناس بالأفكار والمعلومات ، لكن بينما الملصق يحتوي على فكرة واحدة فحسب فإن المعرض يحتوي على أفكار كثيرة ، إلا أن هذه الأفكار يضمها موضوع واحد مثل « تحسين وسائل الزراعة » أو « كيف تقام مزرعة دواجن » أو « كيف ينمو طفلك » .

حجـم الجمـاعة

تقام المَعَارض ، عادة في الأماكن التي يطرقها كثير من الناس ويشاهدوها . فيمكنك ، مثلا ، أن تقيم معرضاً في السوق أو في قاعة اجتماعات المجتمع . ويمكن أن يسير الناس فُرادى أو في جماعات داخل المعرض لمشاهدة المعروضات .

المـواد والأدوات

يتألف المعرض من أشياء ينظر إليها الناس ويتعلمون منها . ويمكنك استخدام ملصقات وصور وأشياء حقيقية ونماذج . ولعلك رأيت معارض باهظة التكاليف أقامتها شركات وهيئات تستخدم أجهزة عرض الشرائح وأجهزة التسجيل . ولكن مايعنينا هنا هو المعارض البسيطة التي يمكنك أن تعدها بنفسك .

وحيث إننا تحدثنا عن الملصقات والصور في أقسام أخرى من هذا الفصل ، فسوف نقتصر فى هذا القسم على دراسة طرق إعداد الأشياء الحقيقية والنماذج للعرض .

الأشـياء الحقيقـية

الأشياء الحقيقية real objects هي أشياء من الواقع بكل معنى الكلمة . فإن كان موضوع معرضك يدور حول « وسائل تنظيم الأسرة » فعليك أن تعرض وسائل منع الحمل الحقيقية مثل الوسائل الرحمية والحبوب والحواجز والرفال (العازل المطاطي) والرغاوى الموضعية . وإن كان معرضك عن « طعام الفطام » ، فعليك أن تعرض أغذية الفطام الحقيقية وأدوات إعدادها الفعلية . ولاتترك هذه الأطعمة حتى تفسد .

النماذج

لعلك رأيت أزهاراً من الورق أو القماش أو البلاستيك ، تشبه الأزهار الحقيقية . إنها نماذج . وتستخدم النماذج لأسباب ثلاثة :

- إذا لم تتوافر الأشياء الحقيقية ، فقد تستعمل بعض الفواكه ، مثلاً في غير موسمها . وقد تفسد بعض الأطعمة بسرعة عند عرضها في المعرض . وفي هذه الحالة يمكنك صنع نماذج لهذه الأشياء .

- إذا كان الشيء الحقيقي من الضخامة بحيث يتعذر وضعه في المعرض ، يمكنك أن تصنع نموذجاً مصغراً له ، فسيارة النقل والبئر مثلاً شيئان كبيران لايمكن عرضهما في المعرض .

- إذا كان الشيء الحقيقي من الضآلة بحيث يتعذر رؤيته ، يمكنك أن تصنع نموذجاً مكبراً له ، فمثلاً كثير من الحشرات صغيرة جداً بحيث لاتُرى بسهولة .

ويمكن صنع النماذج من مواد مختلفة . ومن المواد التي يمكن أن تستخدمها لهذا الغرض : الصلصال ، والطين ، والخشب ، والحجر ، والقش ، والورق ، والقماش ، وعجين الورق (انظر مايلي) .

وعليك أن تكتب على الشيء المعروض أنه نموذج حتى يتفهم الناس العرض . وعليك أن تذكر أيضاً ما إذا كان النموذج أصغر من حجمه الحقيقي أو أكبر منه . فذلك يساعد الناس على معرفة ما يتوقعونه إن هم رأوا الشيء الحقيقي . وفيما يلي مثال لما يمكنك أن تكتبه أسفل نموذج لبعوضة في معرض عن البُرَداء (الملاريا) : « نموذج لبعوضة البرداء أكبر من حجمها الطبيعي بحوالي عشرين مرة » .

إن المساعدة في صنع النماذج يمكن أن ترد من كثير من أفراد المجتمع . فالنجار والبنَّاء يمكنهما أن يساعداك في صنع نماذج صغيرة للمنازل ، والآبار والمراحيض . وأطفال المدارس يمكنهم صنع نماذج للفواكه والخضراوات مستخدمين في ذلك الصلصال والعجينة الورقية . كما أن الخياط يمكنه أن يحيك نماذج صغيرة للملابس .

كيف تصنع نماذج من عجين الورق

١ – مزِّق مجموعة من الصحف القديمة إلى قطع صغيرة في حجم ظِفر إصبعك الخنصر .

٢ – إنقع قطع الورق في إناء به ماء مدة يوم كامل .

٣ – أخرج قطع الورق من الإناء واضغطها لتُخرج منها أكبر قدر ممكن من الماء .

٤ – اهرس قطع الصحف في هاون مستخدما يد الهاون حتى تمتزج تماماً .

٥ – جَفِّف هذه المادة المهروسة (وقد أصبحت الآن عجين ورق) في الشمس حتى تجف تماماً ، واتركها على جانب بعض الوقت .

٦ – اصنع الشكل الأساسي للشيء الذي تريده (فليكن تفاحة أو دجاجة أو موزة ... الخ) مستخدماً الأسلاك ، أو العصى الصغيرة ، أو العيدان الخشبية ، أو الخيوط أو أي شيء في متناول يدك ، وسيكون هذا الشكل هو هيكل للشيء الذي تصنعه .

٧ – لِف الهيكل بقطع من ورق الصحف الجافة حتى تبدو في هيئة الشيء الذي تقوم بصنعه .

٨ – حضر معجونا أملسا مستخدما الماء مع النشا أو دقيق القمح .

٩ – ضَعْ عجين الورق المجفف في وعاء ، وأضف إليه بعضاً من النشا . وامزج العجينة .

١٠ – امزج عجين الورق بالنشا مستخدماً عصا . استمر في إضافة النشا شيئاً فشيئاً وقلِّب المزيج حتى تمتزج مكوناته تماماً ، وإذا كان المزيج جافاً أو سائلاً جداً فلن يلتصق بالنموذج .

١١ – خذ بعضاً من المزيج المعجون في يدك واكسُ بها هيكل النموذج ، الذي سبق أن صنعته ، حتى يأخذ صورة الشيء الذي تريده .

١٢ – اربط خيطاً أو قطعة من القش في أي جزء من أجزاء النموذج ، وامسك النموذج بهذا الخيط وعلقه حتى يجف .

١٣ – لوِّن النموذج بالألوان المتاحة لك ، وحبذا لو كانت الألوان شبيهة بألوان الشيء نفسه ، فلا تُلوِّن الموز مثلاً باللون الأزرق .

إقامـــة المعــرض

حدد المساحة التي سوف يستغلها معرضك . تخيّر المعروضات التي تتناسب مع المكان المتاح . ولا تكدس أشياءً كثيرة جداً في مساحة ضيقة .

ابحث عما يمكن أن تستند عليه معروضاتك . هل هناك مناضد أو كراسي أو أعمدة أو حوائط ؟ وتخيّر معروضاتك وفقاً لذلك . فإن لم تتوافر لك سوى الحوائط فربما لا تستطيع عرض نماذج ضخمة أو أشياء حقيقية . وبدلاً من ذلك ، يمكنك أن تعرض صوراً أو ملصقات أو أشياء صغيرة .

رتّب معروضاتك ترتيباً منطقياً ومعقولاً . ويمكنك ترقيم المعروضات حتى يعرف الناس ما يشاهدونه أولاً وما يشاهدونه ثانياً وهكذا . فإن كان معرضك يبين خطوات إنشاء بئر مثلا ، فصنع الصور أو النماذج في نظام مرتب من اليمين إلى اليسار أو من أعلى إلى أسفل ، أو رتبها حسب النظام الذي يسهل على الناس في مجتمعك أن يفهموه ويتابعوه .

تأكد من أن كل المعروضات مثبتة جيداً على الحوائط أو المناضد . فأنت لاتريد ، بالطبع ، لصورك أو ملصقاتك أو نماذجك أو أشيائك الأخرى أن تسقط على الأرض ، أو تتطاير بعيداً أو يلتقطها الناس .

إحرص على تقديم شرح واضح لكل وحدة من الوحدات المعروضة . ويمكن أن يكون هذا الشرح إما بالكلمات أو الرموز أو الصور . فالمعارض ليست كالعروض الإيضاحية ، إذ أنها عادة ما تترك وحدها . فإذا لم يتوافر الشرح الواضح للمعروضات ، فلن يكون أمام الناس من يطلبون منه العون ليساعدهم على فهم المعروضات .

تخــزين المعروضـــات

ربما تحتاج إلى عرض المعروضات عدة مرات . لذلك إحرص على المحافظة عليها في مكان جاف . وغطّ النماذج لتحميها من الغبار . وربما تعمل الحشرات على إفساد النماذج المصنوعة من الخشب أو القماش أو العجينة الورقية . فإذا لم يتوافر لك المخزن المناسب لهذه المعروضات ، يحسُن بك أن تصنع النماذج من الصلصال أو غيره من المواد القوية .

اللوحــات القلابــة

تتكون اللوحات القلابة flipcharts من عدد من الملصقات التي تعرض واحدة تلو الأخرى . وبهذه الطريقة يمكن تقديم عدة خطوات أو جوانب لموضوع أساسي معين

مثل « الوقاية من الحروق » أو « كيف تضمد الجروح الصغيرة » . واللوحات القلابة التي تحتوي على صفحات من الورق خالية من الكتابة مفيدة أيضا لتسجيل الأفكار التي تنبع من اجتماعات الجماعة أو المناقشات .

الغــرض منهـــا

الغرض من اللوحات القلابة هو الإعلام والإرشاد أو تسجيل المعلومات .

حجـــم الجماعــة

إن خير استخدام للوحات القلابة هو عرضها على جماعات صغيرة . فهي لاتُعلَّق على صعيد المجتمع كما هي الحال بالنسبة للملصقات .

أين تحصل على اللوحات القلابة

يمكنك الحصول على اللوحات القلابة flipcharts من وزارتك أو من أية هيئة طوعية ، لكن من الأفضل ، عادة ، أن تقوم أنت بصنعها . فإن صنعت لوحات خاصة بك فسوف يفي موضوعها تماماً باحتياجات جماعتك أو مجتمعك .

صنع اللوحات القلابة

تُضَم الملصقات أو الرسوم الفردية إلى بعضها البعض من أعلى . ويمكنك أن تفكر في طرق شتى لهذا الضم كأن تستخدم الغِراء أو الخيط أو أن تدقها بالمسامير أو دبابيس الرسم في لوح طويل من الخشب الرقيق . وحيث إن الرسوم سوف تُقلَب فرادى أو تُدار عدة مرات ، فأوصلها بشيء يمنعها من التمزق أو من الإنفصال . وإذا توافرت لديك الموارد اللازمة ، يمكنك أن تقطع قطعة رقيقة من الخشب في حجم المعلقات تماماً ثم ألصقها أو ثبتها معاً في أعلى هذا اللوح . ويمكن وضع اللوح قائماً على كرسي . فهذا يُسهِّل عليك عرض اللوحات وتقليبها واحدة بعد الأُخرى .

إن اللوحات القلابة تحكي قصة . وتُقدم في كل رسم أو معلقة فكرة واحدة . وتُرتب الصور في نظام يتوافق مع حديثك أو قصتك . وعدد الملصقات المناسب لعمل اللوحات القلابة هو خمس معلقات ، ولكن يمكنك أن تزيد من هذا العدد أو تقلل منه . ولكنك لو عرضت أفكاراً كثيرة جداً فربما لايذكر الناس منها شيئا .


١
راقبن أطفالكن
ولاحظن كيف ينمون
٢
يستطيع
الطفل البالغ من العمر
٧ – ٩ شهور أن يجلس بمفرده
٣
ببلوغ الأطفال
١٨ شهرا من العمر يستطيع معظمهم
المشي ١٠ خطوات بأنفسهم
٤
ماما مور
ببلوغ الأطفال ٢٠ شهرا
من العمر يستطيع معظمهم
نطق بضع كلمات
٥
بابا
راح الشغل
ببلوغ الطفل سنتين
إلى ثلاث سنوات من العمر
. يستطيع نطق عبارات قصيرة

كيف تستخدم اللوحات القلابة

يجب أن تناقش كل رسم أو لوحة على حدة مناقشة مستفيضة قبل أن تنتقل إلى مابعده . تأكد من أن كل شخص قد فهم فكرة كل لوحة من هذه اللوحات . وفي الختام عُد إلى الرسوم أو اللوحات مرة أخرى وراجعها مع الحاضرين لتساعدهم على تذكر أفكارها .

ويمكن أن تحصل على أفكار للوحات القلابة عن طريق الاطلاع على الكتب والمجلات المختصة بالصحة .

نموذج من اللوحات القلابة عن نمو الأطفال وتطورهم

لنفرض أنك تريد التحدث مع أمهات الأطفال دون سن المدرسة عن نمو الأطفال وتطورهم . عندئذ يمكنك أن تصنع لوحات قلابة مكوّنة من خمس ملصقات كما هو مبين في الرسم التوضيحي . لاحظ أن لكل لوحة فكرة واحدة مستقلة . وأنها تتتابع في نظام منطقي ، وأن كلماتها قليلة وبسيطة . وأن الكلمات الهامة أكبر حجما من غيرها .

أفكار للوحات قلابة عن وقاية الأطفال من العمى

هل يمكنك تأليف صور وكلمات بسيطة للوحات الخمس التالية ؟

اللوحة ١ – العيون هامة جداً لأطفالنا . ولابد أن نحميها .

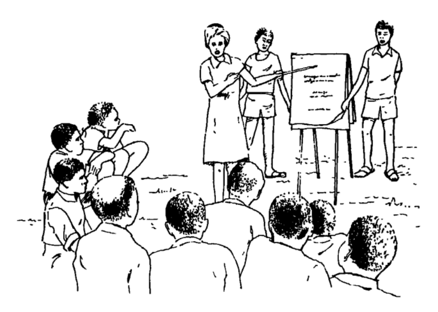
اللوحة ٢ – إبعاد الذباب عن عيون الأطفال يحميهم من العمى .

اللوحة ٣ – غسل الوجه جيداً ، ولاسيما حول العيون ، يساعد في الوقاية من العمى .

اللوحة ٤ – ومما يقي من العمى أكل الفواكه والخضراوات الحمراء (مثل الطماطم ، والبرتقال ، وزيت ثمر النخل الأحمر ، والبابايا ، والجزر) والسبانخ داكنة الخضرة وغيرها من الخضراوات الورقية .

اللوحة ٥ – يمكن أن يتسبب مرض الحصبة في العمى . عليك بوقاية طفلك من الحصبة بالتطعيم . فإن أُصيب طفلك بهذا المرض ، فابقه في حجرة مظلمة لتحمي عينيه .

والآن فكر في بعض المشكلات الصحية الشائعة في مجتمعك . واتخذ من واحدة منها مثالاً . واستخدم قطعاً صغيرة من الورق لتتمرن عليها بدلاً من الصحائف الكبيرة واصنع منها لوحات قلابة .



هذه العاملة الصحية تستخدم حاملاً صغيراً أو قوائم لتسند عليها لوحاتها القلابة مما يحافظ على استقامة الرسوم ويسهل على الجمهور رؤيتها . كما أنها تشرك بعض أفراد الجماعة لمساعدتها في تقديم البرنامج .

اللوحـــات الوبريـــة

اللوحة الوبرية flannelgraph لوح مغطى بقماش وبري (نسيج الجوخ) . ويمكن وضع الصور أو العبارات على هذه اللوحة لتعزيز رسالتك أو لشرحها بالصور . وعندما تُعِدّ حديثاً تريد أن تشرحه بالصور فعليك أن تفكر في شتى الصور ، والعبارات والأشكال التي سوف تحتاجها لعرض موضوعك .

الغــرض منهــا

اللوحة الوبرية تساعد الناس على رؤية للموضوع الذي تتناوله أثناء حديثك رؤية أوضح .

حجم الجماعة

تستخدم اللوحات الوبرية غالباً مع الجماعات الصغيرة . فاللوحات الوبرية ، شأنها شأن الملصقات ، يجب أن يراها كل شخص بوضوح ويصعب تحقيق هذا في الجماعات الكبيرة . وإن كان لديك مكتب فيمكنك أن تحتفظ فيه باللوحة الوبرية ، لتستخدمها مع الأفراد الذين يأتون إليك طلباً للمساعدة .

صنع لوحة وبرية

إن كنت في حاجة إلى لوحة وبرية فربما يقتضي منك الأمر أن تصنعها بنفسك . وللوحة الوبرية جزءان أساسيان . الجزء الأول هو اللوح المغطى بالقماش . والثاني هو مجموعة من الصور تثبتها في اللوحة .

١ – اصنع اللوح أولاً ، وذلك بأن تقطع قطعة من الخشب مربعة الشكل أو مستطيلة بحيث يكون طولها أقل من متر ، ويمكن أن يكون عرضها أقل من طولها .

٢ – اشتر ثلاثة أمتار من القماش السميك الخشن الوبري (الجوخ) ، فالقماش الرفيع الأملس لا يؤدي الغرض المطلوب .

٣ – ضع متراً من القماش على أحد جانبي اللوح ، وإذا كان للقماش وجهان أحدهما خشن والآخر أملس ، فيجب أن يكون الوجه الخشن هو الوجه الخارجي ، واحتفظ بباقي القماش .

٤ – اطوِ حواف القماش حول اللوح ، وثبت الحواف بإحكام في ظهر اللوح باستخدام المسامير أو دبابيس الرسم أو الغِراء ... الخ .

٥ – عندئذ يصبح لديك لوح واجهته الأمامية مغطاة بالقماش .

٦ – والآن أنت في حاجة إلى صور لتثبتها على اللوحة .

٧ – ويمكنك أن تقطع هذه الصور من المجلات أو ترسمها بنفسك ، فابحث عن صور لأشياء منفردة بذاتها مثل شخص ، طفل ، نوع من الطعام ، مركبة ، شجرة ... الخ .

٨ – ويجب أن تكون الصورة في حجم كف يدك تقريباً ، فإن كانت الصورة صغيرة جداً فلن يتمكن الناس من رؤيتها .

٩ - كما يمكنك أيضاً أن تقطع الكلمات المطبوعة بحروف كبيرة ، إذ يمكنك أن تضع كلمات كهذه إلى جانب الصور : عائلة ، صحة ، طعام ، خطر ، مساعدة ، وقاية ... إلخ .

١٠ - اقطع الصور والكلمات ، واترك حول حوافها إطاراً عرضه في مثل ظفر إصبعك الخنصر .

١١ - والآن الصق الصور والكلمات على القطعة المتبقية من القماش بالمعجون اللاصق ، وإن كان للقماش وجهان فاستخدم الوجه الأملس منهما ، وإن لم يكن لديك معجون لاصق أو غِراء ، يمكنك أن تصنع ذلك من النشا أو من دقيق القمح والماء . اجعل الصورة مستوية على القماش بحركة بطيئة من يدك .

١٢ - اقطع الصورة وما بظهرها من قماش ، ثم قص الإطار الصغير الذي سبق أن تركته لتكون أمامك صورة مستوية الجوانب .

١٣ - دع المعجون اللاصق يجف قبل أن تستخدم الصور ، وإلا انفصلت الصور عن القماش .

١٤ - حاول أن تضع الصور على اللوحة ، فسوف تجد أن الوجه الخشن الذي على ظهر الصور والكلمات ، يلتصق باللوحة الوبرية ، وهكذا سوف تثبت صورك على اللوحة ليراها الجميع أثناء تحدثك إليهم .

١٥ - وإن استطعت أن تجد أو تشترى قطعاً صغيرة من القماش الخشن المختلف الألوان ، فسوف يمكنك أن تقص أشكالاً مختلفة ، فأشكال الفواكه مثلاً أو النباتات أو الحيوانات أو المباني يمكن أن تثبت على اللوحة الوبرية تماماً كما تثبت الصور .

١٦ - يمكنك أيضا إن تلصق الصور على الجانب الأملس من الورق المصنفر ، فيلتصق سطحه الخشن باللوحة الوبرية .

كيف تستخدم اللوحة الوبرية

ضع اللوحة الوبرية flannelgraph على منضدة أو كرسي أو حامل .

ضع جميع الصور والكلمات والأشكال التي ستحتاج إليها على منضدة بالقرب من اللوحة الوبرية حتى يمكنك أن تراها وتلتقطها بسهولة . ضع القطع بعناية حسب ترتيب استخدامها .

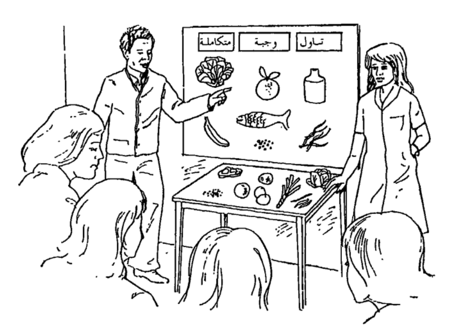
وأثناء تقديمك للحديث ، ضع القطع على اللوحة أو ارفعها وفقاً لما تقتضيه النقاط التي تتحدث عنها . إحرص على أن لاتُدير ظهرك للجمهور ، فتمرن على أن تستعمّل اللوحة وأنت تتجه بجانبك ناحية الجمهور .

وقد تريد ترتيب مجموعة من القطع لتصنع منها صورة واحدة مكتملة . ويمكن أن تبدو هذه الصورة شبيهة بالملصق . فكن دقيقاً في ترتيب الصور واختيار المكان الذي تضعها فيه . فإذا وضعت دجاجة مثلاً فوق رأس رجل ، أو أي شيء غريب كهذا ، فسيضحك الناس ولايركزون على الرسالة .

شجع الناس على المشاركة . فعندما تعرض فكرة أطلب من أحد أفراد الجماعة أن يتقدم نحوك ويختار الصورة المناسبة ويضعها على اللوحة . وأثناء قيامك بالمراجعة في ختام الحديث أطلب من بعض أعضاء الجماعة أن يستخدموا اللوحة الوبرية لشرح أفكارهم .

تخزين اللوحات الوبرية

يجب الاحتفاظ باللوحة الوبرية ، ذاتها ، جافة ومغطاة ، فإن أصابها البلل أو عَلِق بها الغبار فقدت القدرة على تثبيت القطع . وأما الصور والقطع والأشكال والكلمات فعليك أن تحفظها داخل مظروف أكياس ورقية . واكتب على ظهر المظروف أو الكيس بيان القطع التي يحتويها . فيمكنك أن تكتب على مظروف مثلاً كلمة « خضراوات »



المشاركة ممكنة عند استخدام اللوحة الوبرية ، إذ يمكن لأفراد الجمهور اختيار الصور والكلمات لوضعها على اللوحة المغطاة بالقماش ، وبذلك يبدون أفكارهم عن المشكلة المطروحة للنقاش .

أو « حيوانات » . وهناك طريقة أخرى للاحتفاظ بالقطع وهي أن تضع كل القطع المتعلقة ببرنامج معين في كيس واحد . وعندما تريد أن تتحدث عن الموضوع ذاته مرة أخرى ، فسوف تتمكن من العثور على كل القطع والصور اللازمة بسهولة . فاكتب عنوان البرنامج على المظروف .

الصــور الفوتوغرافيــة

الصور الفوتوغرافية photographs أداة تعليمية مفيدة . فيمكنها أن تظهر الأوضاع والأشياء كما هي في الواقع تماماً . لكن يجب أن يعتاد الناس النظر إلى الصور الفوتوغرافية حتى يتمكنوا من فهم ماتمثله .

الغــرض منهــا

الصور يمكنها أن تبين للناس أفكارا جديدة . كما يمكنها أن توضح لهم مهارات جديدة يمكن أن يمارسوها . فاعرض الصور على الناس وناقشهم بشأنها كما تفعل بالملصقات أو باللوحات القلابة . وفي إمكان الصور أن تدعِّم سلوكاً جديداً وتشجع عليه .

حجـم الجماعـة

إن خير استخدام للصور الفوتوغرافية هو عرضها على أفراد أو جماعات صغيرة . وذلك لأن الصور صغيرة . كما أن صنع الصور الكبيرة يتكلف الكثير . ومع ذلك فيجب أن تكون الصور من الكِبَر بحيث يتمكن الناس من رؤيتها . فالصورة المساوية لصحيفة من هذا الكتاب أو الأكبر منها قليلا ، صورة مناسبة . كما يمكن لصق مجموعة من الصور مجتمعة لتشكل معلقة كبيرة يراها كل أفراد القرية .

أين تجد الصور الفوتوغرافية

إن أرخص طريقة للحصول على الصور هي قصها من المجلات . وأحياناً يكون لدى الوزارات والهيئات الطوعية ملفات تحتوي على صور فوتوغرافية . وربما تقدم هذه الهيئات نسخاً لهذه الصور لتستخدم فى البرامج الصحية .

ويمكن أن تستأجر مصوراً محترفاً ليلتقط الصور التي يحتاجها برنامجك . والصور ذات اللونين الأبيض والأسود هي أرخص أنواع الصور تكلفة وهي تناسب معظم

الأغراض إلى حد ما . وفي معظم المدن الصغيرة لايصنع المصورون إلا الصور ذات اللونين الأبيض والأسود .

محتوى الصور الفوتوغرافية

هناك بضع نقاط يجب أن تضعها نصب عينيك عندما تقوم باختيار الصور الفوتوغرافية photograph :

- يجب أن يكون الأشخاص الظاهرون في الصورة وخلفيتهم مشابهين للأشخاص الذين يشاهدونها ، فإن بدت الصورة غريبة عن الناس فربما لايفهمون الفكرة المقصودة .
- يجب أن تركز الصورة على فكرة واحدة واضحة ، والصور المأخوذة عن قرب أفضل من التي تظهر مناطق شاسعة . فإن كانت الصورة تعرض أشياءً كثيرة تَحدُث فلن يتمكن الناس من إدراك الفكرة الأساسية فيها .



يجب أن تكون الصور الفوتوغرافية المستخدمة في التثقيف الصحي كبيرة بالقدر الذي يسمح برؤيتها بوضوح . ولابد لها أن تركز على فكرة واحدة فقط حتى يسهل على الناس فهمها .

- ويمكن استخدام مجموعة من الصور لبيان المشاهد المختلفة لقصة . كما يمكنها أن تبين أيضا الخطوات اللازمة لإيجاز مشروع أو ممارسة مهارة .

- وتعد أحداث المجتمع ، مثل المسرحيات وحملات النظافة ، موضوعات مناسبة للصور الفوتوغرافية . ولعلك تطلب من الوزارة مصوراً أو تحصل على معونة مالية لتستأجر مصوراً محلياً ليصور تلك الأحداث ، وعندما يرى الناس أنفسهم وقد ظهروا في الصور سوف يغمرهم الزهو والسرور ، وسوف يحفزهم ذلك على الاستمرار في العمل الجاد . وينبغي أن تعلّق هذه الصور على جدران المدرسة ، أو في المركز الصحي أو في قاعة اجتماعات المجتمع ، فإن الثناء على الناس والاهتمام بهم يساعدان الناس على التغير والتحسن .

تخـزين الصـور الفوتوغـرافية

قد تبلى الصور عند حوافها أو تتمزق بكثرة الاستعمال . وتستطيع أن تطيل من عمر صورك إذا لصقتها على لوح من الورق المقوى أو ثبّتها عليه بشريط لاصق .

احرص على ألاّ ينال صورك البلل . فاحفظها في ملف أو صندوق في مكان جاف . رتّب ملفات صورك وفقاً لموضوعها أو مجالها .

المواد المعروضة بأجهزة العرض

المواد المعروضة Projected materials هي ببساطة مواد تعليمية تُعرض للناس بواسطة جهاز للعرض . وأجهزة العرض آلات لايمكن استخدامها إلا حين توجد الكهرباء ، ويجب أن يتولى تشغيلها شخص له خبرة بها كما أنها تحتاج إلى شخص يقوم بصيانتها ويعرف كيف يصلحها لو أصابها عطل . وبسبب هذه العيوب فان أجهزة العرض ليست مناسبة من الناحية العملية لأن يستخدمها عامل صحة المجتمع في قريته . وفيما يلي مقدمة موجزة لاستخدامها .

الغـرض منهـا

تفيد المواد المعروضة بأجهزة العرض في توضيح أهم النقاط التي يتضمنها حديث أو محاضرة . ومن ثم فينبغي لك أن تُعد حديثك أولاً ، وبعد ذلك أحضير أو اصنع الصور العادية أو الصور الشفافة التي تعرض أفكارك عرضاً جيداً ، وتوضحها إيضاحاً جلياً .

كما أن المواد المعروضة بالأجهزة من شأنها أن تساعد الناس على تعلم المهارات الجديدة ، لكن الصور لاتكفي وحدها بدون جلسات للممارسة . ومن ثم فإن كنت تستخدم هذه المواد المعروضة في تعليم الناس فعليك أن تقرنها بالممارسة والمناقشة .

حجـم الجماعـــة

إن المواد المعروضة بالأجهزة مفيدة للجماعات المؤلفة من ثلاثين شخصاً أو أقل . وإذا كانت الجماعة مفرطة الكبر ، فلن يتمكن بعض الناس من الرؤية . وهناك مناظير صغيرة لرؤية الشرائح يمكن استخدامها من قبل الأشخاص فرادى .

أنــواع أجهــزة العــرض

جهــاز العــرض الرأسـي overhead projector

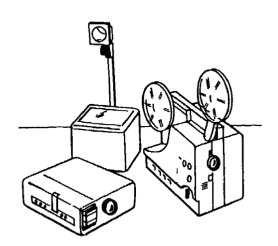
هٰذا الجهاز يعرض اللوحات الشفافة المصنوعة من صحائف رقيقة من البلاستيك الشفاف . ويمكنك أن تكتب عليها بمداد خاص أو بأقلام من الشمع يمكن محوها فيما بعد .

ويمكنك أن تُعِدّ اللوحات الشفافة مسبقاً أو تكتب عليها وهي في داخل الجهاز أثناء إلقاء الحديث . ويُعدّ الناس عادة سلسلة من الصحائف يستخدمونها كاللوحات القلابة flipchart . إن استخدام الرسوم أو الكلمات المعروضة بأجهزة العرض يزيد من استمناع الناس بالمحاضرة .

جهــاز عــرض الشــرائح

إن الشرائح المستخدمة في هذا الجهاز صور مأخوذة بواسطة آلة التصوير . وتظهر الصور هنا على شرائح صغيرة من البلاستيك الشفاف ، بدلا من طبعها على الورق الحساس . وتثبت الشرائح عادة في أطر من الورق المقوى لحمايتها . وعلى الرغم من أن الشرائح صغيرة ، فان جهاز العرض يجعلها تبدو كبيرة عند عرض صورتها على حائط أو شاشة .

ويمكن عرض الشرائح في مجموعات . وكثيرا ما يلحق بجهاز العرض صناديق خاصة توضع فيها الشرائح وتسهل سرعة عرض الشريحة تلو الأخرى . ويمكن تشغيل جهاز



من اليسار إلى اليمين : جهاز عرض الشرائح ، فجهاز العرض الرأسي فجهاز عرض الافلام

تسجيل مسجل عليه موسيقى وكلمات أثناء العرض . ويشبه ذلك إلى حد كبير الأفلام السينمائية . وأحياناً تُوصَل الشرائح بعضها ببعض ثم تعرض كشريط من الصور . عندئذ تكون في حاجة إلى استخدام جهاز لعرض الأفلام .

إرجع إلى الوزارات والهيئات الطوعية لترى مالديها من برامج مطبوعة على شرائح أو أشرطة الصور . فبعض هذه البرامج أو الموضوعات قد يكون وثيق الصلة بعملك . ويجب أن تشاهد هذه البرامج دائماً قبل أن تعرضها على الآخرين ، وتأكد من أنها مناسبة لمجتمعك .

أجهزة عرض المواد المعتمة

عند استخدام جهاز عرض المواد المعْتِمة opaque projector لن تكون في حاجة إلى إعداد مواد أو أدوات خاصة مثل الشرائح أو اللوحات الشفافة . فهذا الجهاز يعرض صوراً عادية وصوراً فوتوغرافية ورسوماً بيانية وعبارات عرضاً مباشراً من الكتب أو المجلات أو الصحف . وليس بالضروري أن تقص هذه المواد من الكتب أو الصحف .

فإذا كنت تلقي حديثا ، فإنك تستطيع عرض الصور المتصلة بموضوع الحديث . فذلك سوف يساعد الجمهور على أخذ فكرة أوضح عما تتحدث عنه . ولكن هناك مشكلة في استخدام هذه الأجهزة . فهي ضخمة وثقيلة الوزن . والأنواع الحديثة من أجهزة عرض الشرائح وأجهزة العرض الرأسى أخف وزناً وأسهل فى الحمل .

أيـن تجـد أجهـزة العـرض

ربما يصعُب عليك أن تحصل على جهاز منها لنفسك حتى لو كنت في وزارة أو هيئة تملك هذه الأجهزة . وتتوافر أجهزة العرض عادة لدى الوزارات والهيئات الإقليمية والوطنية . وأحيانا تعير الوزارات هذه الأجهزة مدة قصيرة وتبعث بمن يتولى تشغيلها .

استخدام المواد المعروضة بالأجهزة

- لتقديم الحديث يكفي خمس إلى عشر لوحات شفافة أو صور . فإن عرَضْت أكثر من ذلك فقد تبلبل أفكار الناس ولايستوعبون المغزى المقصود .
- ويجب أن تتسم كل اللوحات الشفافة أو الصور بالبساطة ، فإذا احتوت على الكثير من المعلومات فيتعين أن تكون الكتابة والرسم والصورة كلها صغيرة ، وبذلك يصعب على الجمهور رؤية ماتعرضه اللوحة الشفافة .
- المواد المعروضة بالأجهزة تعرض على حائط فاتح اللون ، أو ملاءة بيضاء أو شاشة خاصة .

وليس هذا إلا شرحاً موجزاً لأجهزة العرض والمواد التي تعرضها . فإن أردت أن تستخدم هذه الأجهزة والمواد فسوف تحتاج إلى أن تتعلم المزيد من المهارات . فابحث ما إذا كانت وزارتك أو هيئتك تقدم عروضا إيضاحية بشأن استخدام هذه الأجهزة وطرائق إعداد المواد المعروضة .

الشـرائط المسجـلة

إن النوع الذي يهمنا هنا من الشرائط المسجلة هو شرائط الكاسيت . فهذا النوع من الشرائط يمكن سماعه بواسطة أجهزة صغيرة يسهل حملها وتُستخُدم البطاريات في تشغيلها .

ولما كان شراء هذه الأجهزة وشرائطها وبطارياتها مكلفاً فمن المحتمل أن لايستخدمها عمال صحة المجتمع . لكن العاملين الصحيين في المستوى المتوسط وفي الخط الأمامي ربما يجدونها مُعيناً نافعاً لهم في ظروف شتى .

الغـرض منهـا

تستخدم الشرائط المسجلة لتقديم معلومات صحية وتعزيز الرسالة الصحية .

المستمعـون

إن استخدام الشرائط المسجلة مع الجماعات هو أكثر استخداماتها شيوعا . ولكن أحيانا يطلب من المرضى أو التلاميذ فرادى سواء في العيادة أو المستشفى أو المدارس ، أن يستمعوا إلى شريط مسجل عن موضوع من الموضوعات الصحية المتصلة بمشكلاتهم واهتماماتهم .

أنواع البرامج المسجلة على الشرائط

المحاضـرات

ما أن تُسجَل المحاضرة حتى يصبح في الإمكان عرضها على مسامع الجماعة أو الشخص الذي يرغب في سماع موضوع هذه المحاضرة . ولإضفاء المزيد من الحيوية على المادة المسجلة وإثارة الاهتمام بها ، يفضل تقديم بعض الموسيقى فى بداية الشريط . ويجب أن تكون المادة المسجلة قصيرة وأن لا يستغرق عرضها أكثر من عشر دقائق أو خمس عشرة دقيقة . ونظراً لأنه لايوجد شيء يشاهده المستمعون ، فإنهم سوف يشعرون بالملل لو استمر الحديث المسجَل مدة طويلة .

البرامـج الإذاعيـة

يمكن تسجيل البرامج الإذاعية ليسمعها من فاتهم سماعها من الإذاعة مباشرة .

التمثيليات والمناقشات الجماعية

عندما تعيد عرض مناقشة أو تمثيلية فإن الناس سوف يستمعون إلى أصواتهم . وهذا من شأنه أن يعلمهم الكثير عن سلوكهم ومواقفهم وقيمهم . وقبل أن تسجل المناقشة أو التمثيلية ، إحرص على أن يكون كل فرد في الجماعة موافقاً على التسجيل . فإن سجّلت لهم بغير علمهم فربما تثير بذلك دهشة بعض الناس أو توقعهم في الحرج .

والأفضل أن تمسح الشريط بعد انتهاء الاجتماع . فربما يكون الناس قد قالوا أشياء لايريدون أن يسمعها غيرهم من الغرباء عن الجماعة .

البيانات الصادرة عن الشخصيات الهامة

في مقدورك أن تستغل البيانات القصيرة المسجلة لشخصيات هامة لتعزز محاضرتك أو رسالتك الصحية وترفع من مستواها . كما أن إذاعة مثل هذه البيانات على الجماعة يضفي عليها هيبة وإجلالاً ويكسبها وزناً واحتراما .

الجمع بين الشرائط المسجلة والشرائح

الجمع بين الشرائط والشرائح يجعل البرنامج شيقاً . وهذا يحتاج إلى عناية فى الاعداد . فلابد أولاً من كتابة الحديث الذي تريد تسجيله ، وهذا مايطلق عليه « النص المكتوب » . ولابد أن توضع علامات واضحة على النص المكتوب ، تبين على وجه الدقة ، المكان الذي تُبدَل فيه الشرائح التي تريد أن تعرضها مع الحديث . ويقوم الشخص الذي يشغِّل الجهاز بقراءة النص المكتوب أثناء عرض الشريط المسجل ، ويبدل الشرائح في الوقت المناسب .

تخزين الشرائط المسجلة

إن كثيراً من شرائط الكاست تكون في علب صغيرة الحجم من البلاستيك عند شرائها . ومن الضروري حفظ الشرائط داخل العلب حتى لايفسدها الغبار . وإذا لم تتوافر لديك هذه العلب ، أحضير صندوقاً كبيراً أو حقيبة لتخزن فيها شرائطك .

وإن كان جهاز التسجيل يشتمل على مذياع (راديو) ، فلا تترك الشريط داخل الجهاز أثناء تشغيلك للمذياع (إلا إذا كنت تسجل برنامجاً إذاعيا) ، إذ أن الشرائط قد تلتقط أصواتا مشوشة من المذياع إن تُركت في داخل الجهاز . ولاتخزن الشرائط على مقربة من الآلات الكهربية لنفس السبب . وعندما تحصل على جهاز تسجيلك اسأل عن طريقة تنظيفه حتى لايتلف ولايضيف أصواتا أخرى إلى تسجيلات الشرائط .

ضع بطاقة صغيرة على كل شريط من الشرائط التثقيفية ..ويجب أن تبين هذه البطاقة عنوان المادة المسجلة واسم الشخص المتحدث أو جماعة المتحدثين وتاريخ التسجيل فهذا

يسهل عليك العثور على الشرائط عندما تريد أن تعيد عرضها على مسامع أفراد الجمهور .

الأفلام أو السينما

يحب الناس السينما ، فهي تقدم لهم الحدث واللون والصوت . والسينما من أفضل أجهزة التواصل .

الغـرض منهـا

تنتج أنواع كثيرة مختلفة من الأفلام بعضها يقدم المعلومات بصفة رئيسية . فهي تشبه المحاضرات التي تعتمد على المُعينات البصرية والسمعية . وبعضها يشرح المهارات شرحاً عملياً . وبعضها الآخر يشبه المسرحيات فتعرض أوضاعا من واقع الحياة . ومن هذه الأفلام يستطيع الناس تعلم سلوكيات ومواقف وقيم جديدة . وكثير من الأفلام يستهدف التسلية .

حجـم الجمـاعة

يمكن عرض الفيلم على المجتمع بأكمله ، ولكن كلما زادت الجماعة قلت المشاركة بين أفرادها . فاعرض الفيلم على ثلاثين شخصا أو أقل ، ما أمكنك ذلك .

من أين تحصل على الأفلام

إن الوزارات والمكتبات والهيئات الطوعية وبعض الشركات لديها أفلام يمكن إعارتها . وربما تقتضيك الحاجة أن تستعير جهاز عرض الأفلام وشاشة سينمائية صغيرة . وتحتاج بالطبع إلى الكهرباء أو إلى مولد كهربي لتتمكن من عرض الأفلام . وربما تحتاج أيضاً إلى شخص مدرَّب ليدير جهاز العرض .

اختيـار الأفـلام

لاتؤسس اختيارك للفيلم على عنوانه وحده . فعليك أن تشاهد الفيلم بالفعل أولاً ، أو أطلب من شخص شاهده وتثق به أن يحدثك عنه . وقبل أن توافق على عرض

الفيلم ، عليك أن تسأل نفسك هذه الأسئلة :

- هل لغة الحديث في الفيلم يفهمها الناس ؟
- هل يحتوي الفيلم على معلومات صحيحة وحديثة ؟
- هل ثقافة شخصيات الفيلم والخلفية التي يعرضها مألوفة لدى الناس الذين سوف يشاهدونه ؟
- هل يحتوي الفيلم على أفكار عملية يمكن لمجتمعك أن يمارسها ؟

وإذا كانت الإجابات على أي من هذه الأسئلة بالنفي فلا يعرض هذا الفيلم .

ربما تعتقد أن من المتعذر أن تجد الفيلم الذي تكون فيه الاجابات عن جميع هذه الأسئلة بالإيجاب . وهذا صحيح في أغلب الأحوال ، فصناعة الأفلام باهظة التكاليف . وليس في الإمكان صنع فيلم يتفق مع احتياجات كل المجتمعات وثقافاتها . لذلك فمن الأفضل أن تستخدم التمثيليات والقصص ومسرح الدمى (العرائس) والعروض الإيضاحية ، فهذه كلها يمكنها أن تتوافق مع ثقافتك المحلية .

عرض الأفلام

لتقوم بعرض فيلم على خير وجه يلزمك القيام بما يأتي :

- حدد المكان والوقت المناسبين لكل من يرغب في مشاهدة الفيلم .
- أعلِن عن الفيلم في جميع أنحاء المجتمع أو الحي حتى يتمكن كثير من الناس من الحضور .
- اعرِض الفيلم ليلا أو في مكان يمكن إظلامه .
- أخبر الناس بموضوع الفيلم قبل عرضه ، فهذا يساعدهم على معرفة مايجب ترقبه ومايتوقعون تعلمه .
- تأكد من أن الجميع يرون الشاشة بوضوح . فإذا زاد عدد الحاضرين أكثر مما ينبغي وازدحموا في المكان فربما أعاق الزحام الرؤية ، وربما تضطر إلى عرض الفيلم مرتين حتى تتيح الفرصة لكل شخص أن يشاهده .

وبعد انتهاء الفيلم اعقد جلسة للمناقشة . وجه للمشاهدين أسئلة حول الفيلم . وشجعهم على طرح الأسئلة . وتأكد من أنهم قد استوعبوا رسالة الفيلم . وإذا كانت الجماعة كبيرة جداً فقسمها إلى مجموعات صغيرة . واطلب من العاملين الصحيين أو العاملين في تنمية المجتمع أن يتناقشوا مع هذه المجموعات الصغيرة .

الصحف

الغرض منها

إن الغرض الرئيسي للصحف هو نشر المعلومات . فهي تطبع « الأخبار » التي تتكون عادة من تقارير عن الأحداث . وتتضمن أيضا مقالات خاصة عن موضوع معين ، ومقالات يكتبها المحررون للتعبير عن أرائهم في موضوعات مختلفة .

ويمكن أن تندرج الموضوعات الصحية في أي فئة من هذه الفئات . فيمكن أن يكون الخبر الصحي بدء حملة تطعيم أو حديث عن الصحة ألقاه مسؤول معروف . ويمكن أن يكون المقال الخاص مقالا كتبه طبيب عن مرض معين أو خبرة صحية معينة . وقد يحث مقال المحرر الناس على المشاركة في برنامج للماء النظيف .

إن الصحف تصل إلى الناس سريعا جدا ، ويمكن للصحافة أن تقوم بدور هام للغاية في زيادة معرفة الناس عن الصحة .

حجم الجماعة

تتخذ الصحف جميع الأحجام من الكبير جدا إلى الصغير جدا . والصحيفة الرئيسية التي تصدر في عاصمة البلد أو مدينة كبيرة قد تصل إلى مئات الألوف من الأشخاص في جميع أنحاء البلاد . ويطبع الكثير من الصحف يوميا بمطابع حديثة ضخمة وتهتم هذه الصحف بالأخبار الوطنية والدولية .

ومع هذا ، فكثيرا ما يكون للمدن الصغيرة صحفها الخاصة بها ، والتي قد تطبع أسبوعيا . ولهذه الصحف اهتمام خاص بالأخبار المحلية ، ويمكن أن يحظى حدث صحي في مجتمعك بالاهتمام في تلك الصحف .

وأخيراً ، يمكن أن تهبط فكرة إصدار صحيفة إلى مستوى المجتمع المحلي . فلبعض القرى والضواحي الحضرية « صحائف حائط » ، وهي شبيهة بالمعلقات والملصقات . ويمكن أن تكتب بخط اليد وتقتصر على بضع نسخ فقط ، وتعلق على الجدران في أماكن تجمع الناس .

استخدام الصحف في التثقيف الصحي

يمكن أن تستخدم الصحف في التثقيف الصحي في نواح عديدة مختلفة .

وإحدى هذه النواحي هي أنها تساعد في نموك المهني . فمن المهم لك أن تكون محيطا بما يحدث في مجالات التنمية الصحية وتنمية المجتمع . والمقالات الصحفية مصدر مفيد للأفكار الجديدة . فمثلا ، قد يوجد تقرير صحفي عن برنامج ناجح في مجتمع محلي في مكان آخر من بلدك . وقد ترغب في مناقشته مع أصحاب الرأي في مجتمعك لترى كيف يمكن مواءمة هذا البرنامج لمجتمعك .

وقد يكون من المعلومات القيمة الأخرى ، معالجة جديدة أو محسنة لمرض معين أو بيان لأحد كبار المسؤولين عن أهمية الصحة يمكنك استخدامه للحث على المشاركة . هذا ، ومن مسؤوليات كل عامل صحي أن يكون واسع الإطلاع ما أمكنه . ويمكن للصحف أن تساعد على هذا . فقص المقالات التي تهمك واحفظها ، فقد يمكنك استخدامها فيما بعد ، في أحاديثك أو مناقشاتك أو في اجتماعات المجتمع .

والناحية الثانية التي تفيد فيها الصحف هي أنها تتخذ وسيلة لمشاركة الآخرين المعلومات . وعلى الرغم من أن الكثيرين من الناس الذين تخدمهم قد لا يستطيعون القراءة ، فهناك من يستطيعون ذلك وغالبا مايكون هؤلاء من أصحاب الرأي في المجتمع ، ولسوف يقدّرون مشاركتك المعلومات معهم .

والمقالات الصحفية مفيدة لتلاميذ المدارس أيضا . فالمقالات الصحية تتيح تمرينا ممتاز على المطالعة . ويمكن ، أيضا ، أن تثير اهتمام الصغار بموضوع صحي . وتذكّر أن الكثيرين من الأطفال الذين في سن المدرسة يقومون بدور هام في رعاية إخوتهم وأخواتهم الصغار ، كما أن الصغير المتحمس غالبا مايكون معلّما ممتاز لوالديه .

كتابة تقريرك الإخباري بنفسك

إذا كان حدث صحي مثير للاهتمام على وشك الوقوع في قريتك أو في حيك ، فينبغي لك التفكير في كتابة مقال إخباري والذهاب به أو إرساله إلى الصحيفة التي تخدم منطقتك . وبالطبع قد لاينشر المقال . ولكن ، إذا كان الحدث فريداً في نوعه والمقال جيداً في كتابته ، كان الأمل في نشره عظيماً . فالصحف ، خاصة المحلية ، كثيراً ماتحتاج إلى مواد جديدة .

وحتى إذا لم ينشر المقال ، فالقيام بكتابته تمرين مفيد للغاية . إذ يدفعك ذلك إلى التفكير في كيفية التعبير عن رسالتك بكلمات قليلة واضحة سهلة الفهم ، وهذا بالتالي يضطرك إلى تحديد أهم الحقائق والأفكار التي تريد توصيلها . وهذا الانضباط يساعد على توصيل رسالتك بمزيد من الفعالية خلال الوسائل الأخرى أيضاً .

أدرس بضعة أمثلة للمقالات الإخبارية المحلية . والأرجح أنك ستجد أن لمعظمها خصائص عديدة مشتركة . فهي بصفة عامة وحيزة إلى حد ما ، تتكون من ما بين ١٠٠ و ٣٠٠ كلمة ، وكلماتها بسيطة وجملها وفقراتها قصيرة . وهي تنبىء القارىء بالأمور التي لها الأهمية العظمى أو التي تثير الاهتمام الاعظم أولا . وتجيب عن الأسئلة من ؟ وما ؟ ومتى ؟ وأين ؟ ثم تقول لماذا وكيف إذا وجد الحيز الكافي . وبعض المقالات الإخبارية تحكي عن الحدث قبل وقوعه ، والأخرى تعطي تقريرا عنه بعد وقوعه ويمكن لكلا النوعين أن يكون مفيدا .

والآن لنطبق هذه القواعد العامة على وضع معين . تقيم قرية معينة عيادة للتطعيم ، ولقد دعت فرقة موسيقية شعبية لاجتذاب الناس إلى العيادة وتسليتهم أثناء بقائهم هناك . ويمكن أن تكون فكرتك الأولى هي البدء بوصف الأمراض المستهدفة ، وأسباب أهمية حماية الأطفال منها . ولكن هذا من شأنه أن لايكون مقالا إخباريا . إبرز السمة الفريدة « في المقدمة » .

« الأمهات يمكنهن تأمين حماية أطفالهن من أربعة أمراض خطيرة والاستماع إلى الموسيقى العذبة في الوقت نفسه »

فهذا يجيب عن السؤال « من » ، ويجذب انتباه الناس . والآن نجيب عن الأسئلة الرئيسية الأخرى في الفقرة التالية :

« ستقدم فرقة الموسيقى الشعبية حفلاً موسيقياً في مهرجان صحي خاص (ما) يقام يوم السبت ٢٠ تموز/يوليو من الواحدة إلى السادسة مساء (متى) ، بالساحة الرئيسية بقرية « محلة الأمير » (أين) » .

والآن إن الوقت مناسب لشرح السبب . فاذكر الأمراض التي يقدم التطعيم ضدها . وأذكر لماذا هي مهمة . واستخدم بعض الاحصائيات البسيطة إن أمكن – فرؤساء تحرير الصحف يحبون الحقائق والأعداد . وإن أمكن أيضا استشهد بقول مقتبس . فإذا كان « الرئيس » أو وزير الصحة قد ألقى بيانا عن أهمية التطعيم فاقتبس جزءا منه ، وإلا فاقتبس من أقوال المسؤول الصحي في منطقتك أو إقليمك .

لقد كتب هذا المثال ليستخدم قبل الحدث . وإذا كنت تنبىء عن الحدث بعد وقوعه ، فابدأ بأهم شيء حدث .

« تمت حماية أكثر من ٢٠٠ طفل من أربعة أمراض خطيرة في المهرجان الصحي الخاص الذي أقيم بمحلة الأمير يوم السبت ٢٠ تموز / يوليو » .

والآن طبق هذا الأسلوب على حدث حقيقي أو مزمع في مجتمعك .

إنشاء « صحيفتك » الصحية

يمكن استخدام مقالات مثل المقال الذي سبقت مناقشته في حيك أو في قريتك ، حتى إذا لم تنشر في صحيفة رسمية . « وصحيفة الحائط » التي سبق ذكرها إحدى الوسائل المناسبة لذلك . وربما يود مدرس في مدرسة مجتمعك أن يقوم تلاميذه بإعداد « صحيفة حائط » كمشروع دراسي . أو يمكن لفنان محلي أن يكتب المقال ويزوده بالرسوم التوضيحية . وبالطبع ، إذا كان في متناولك الحصول على آلة كاتبة وطريقة رخيصة للنسخ ، فقد ترغب في إعداد صحيفة من صفحة أو صفحتين للمناسبات الخاصة ، أو حتى لتصدر شهريا بانتظام .

المجـــلات

المجلات نوع آخر من وسائل الإعلام التي لها بعض الاستخدامات في التثقيف الصحي . وهي عادة ما تكون أصعب منالا للعامل الصحي من الصحف اليومية . فهي تعد ، بصفة عامة ، للقراء في مناطق جغرافية واسعة جدا ، وعلى ذلك يقل احتمال اهتمامها بالأخبار المحلية .

ومع هذا ، فإن مجلات كثيرة تنقل بالفعل معلومات مفيدة عن الصحة . فالمجلات التي تكتب للنساء ، مثلا ، كثيرا ماتتضمن مقالات هامة جدا عن رعاية الطفل ومشاكل الحمل وصحة الأم والغذاء والتغذية .. الخ ، بل حتى المجلات المعدة أساسا لتسلية عامة الناس تنقل أحيانا معلومات صحية .

والمجلات ، كالصحف ، يمكن أن تكون مصدرا هاما لتعليمك المستمر بوصفك عامل صحي . والحقيقة أن مقالات المجلات تميل إلى أن تكون أطول وأكثر تفصيلا من التقارير الصحفية . وكما هي الحال مع الصحف ، واضح أنه يمكنك أيضا أن تشترك مع القراء في مجتمعك في هذه المقالات ، وأن تستخدمها كأساس للمناقشة .

وعلى أية حال ، فلعل أبرز سمة للمجلات ، من ناحية التثقيف الصحي ، هي أنها مصدر للصور . فصور المجلات أكثر عددا عادة ، وأجود نوعية من تلك التي توجد في الصحف . وكثير منها ملون . وغالبا ماتجد صورا جذابة ومفيدة حتى في المجلات التي لاتحتوي على مقالات عن الصحة ، كصور لعائلات تتمتع بالصحة ، وأغذية مختلفة وأشياء أخرى كثيرة . ويمكن استخدام هذه الصور في الملصقات واللوحات الوبرية ، وفي كثير من الوسائل الأخرى . وبعض المجلات مخصص كلية للصحة . وتقوم بنشر هذه المجلات أحيانا منظمات مهنية مثل جمعيات الممرضات أو وزارات الصحة . وهي عظيمة القيمة لك بصفة خاصة من أجل تكوينك المهني وبرامجك التدريبية .

الراديو (الإذاعة)

قد تكون الإذاعة الآن هي أعظم وسائل الاتصال فعالية في الوصول إلى جماهير عريضة للغاية برسائل هامة . وهذا صحيح يقينا في أنحاء كبيرة من العالم النامي . فكثير من الفلاحين وحتى في المناطق النائية يحملون الراديو معهم في الحقول .

الغــرض منــه

تفي البرامج الإذاعية بأغراض كثيرة . فبعضها مكرس للتسلية الصرفة ، حيث تقدم الموسيقى الشعبية والتمثيليات . والبعض الآخر إعلامي . وتذيع معظم المحطات عدة



غالبا مايمتلك الناس أجهزة الراديو حتى
في أقصى المناطق الريفية النائية

نشرات اخبارية يوميا في مواعيد منتظمة . ويمكن أن تقطع برامج التسلية لإذاعة خبر إذا حدث شيء ما ذو أهمية . أضف إلى ذلك أن بعض البرامج الإذاعية معدة للتعليم أو التثقيف . وفي بلدان كثيرة تذاع يوميا أو أسبوعيا برامج عن الغذاء والتغذية وطرق الزراعة والصحة .

وأخيرا ، إن محطات الإذاعة في بلدان كثيرة تستخدم رسائل قصيرة تستغرق دقيقة أو أقل عادة ، للإعلانات التجارية أو إعلانات الخدمات العمومية .

التغطيــة الإذاعيــة

تتفاوت مساحة المنطقة التي يغيطها برنامج إذاعي أو محطة إذاعية تفاوتا واسعا . فبعضها وطنى النطاق ، بل حتى دولي . وفي بعض البلاد تعد جميع البرامج الإذاعية على المستوى الوطني وتستخدم المحطات المحلية التي في المدن الأخرى خارج العاصمة ، إن

وجدت ، كمحطات إرسال بصفة رئيسية . ومع هذا ، فتوجد في عدد من البلاد الأخرى محطات إذاعية محلية في المدن الأقل حجما من العاصمة والمدن الصغيرة . وقد تذيع هذه المحطات الأخبار الوطنية وبعض البرامج الوطنية كما تذيع أيضا الأخبار المحلية والإعلانات والبرامج الثقافية المحلية . وعلى ذلك ، فحتى في المحطة الإذاعية نفسها ، يمكن أن تعد بعض البرامج لملايين المستمعين ، وتوجه برامج أخرى إلى منطقة أو إقليم أصغر كثيراً .

استخدام الإذاعة في التثقيف الصحي

يمكن توجيه الرسائل الصحية بالإذاعة في أشكال مختلفة . فيمكن أن تكون أنباء الأحداث الصحية جزءا من نشرات الأخبار المنتظمة .

ويمكن إذاعة برامج ثقافية خاصة عن الموضوعات الصحية ، ويتراوح طول هذه البرامج بين بضع دقائق وساعة أو أكثر .

ويوجد في كثير من الأماكن برامج تمثيلية تلقى إقبالا جماهيريا عظيما تعالج عادة المشاكل التي تواجهها العائلات أو مجموعة من الأفراد . وعندما تكون المشاكل متصلة بالصحة ، فإن الرسالة تدخل ضمن الأسلوب الذي تعالج به شخصيات التمثيلية تلك المشاكل . ولايدرك المستمعون أنهم يُثقفون بالإضافة إلى التسلية ، ولكنهم يتلقون الرسالة يقينا ، والأرجح أنها تثبت في ذاكرتهم بسبب الأسلوب الذي تنقل به . ويلزم توخي الحذر في هذه الطريقة لاجتناب المغالاة في العاطفية أو محاولة إجبار الناس على تغيير أرائهم .

هذا ، والمعلومات المعطاة في الإعلانات الإذاعية تثير مشكلة خاصة . إن بعضها صادق تماما ، ولكن هناك منها ماهو صادق جزئيا فحسب ، وماهو خادع عن قصد . وتوجد محطات إذاعية كثيرة تتلقى جزءا كبيرا من دعمها المالي من المنتجات التي تساعد على بيعها . وعندما تكون هذه المنتجات ضارة بالصحة ، كما في حالة السجائر مثلا ، تكون الرسالة التي يسمعها الناس زائفة . وجزء من مهمتك أن تساعد الناس على إدراك هذه الأمور وعلى أن يكونوا مستمعين حذرين .

اجتماعات الاستماع إلى الراديو

من الممكن ، عادة ، الحصول على جدول مواعيد البرامج الإذاعية مقدما من محطة الإذاعة التي تخدم منطقتك . وهذه معلومات هامة لك . فيمكنك أن تعرف المواعيد التي تذاع فيها برامج عن الصحة والموضوعات التي تتضمنها .

فإذا وجدت أن برنامجا عن موضوع ذي أهمية لمجتمعك سيذاع بعد بضعة أيام ، فانشر الخبر . ضع إعلانات في الأماكن الرئيسية ، وأخبر أعضاء اللجنة الصحية وأصحاب الرأي الآخرين في المجتمع . وحث الجميع على الاستماع وأفضل من ذلك أن تدعو الناس إلى الاجتماع في مكان مناسب والاستماع معا . واطلب منهم أن يحضروا قبل الموعد المحدد لبدء البرنامج ببضع دقائق لكي تستطيع تقديم الموضوع . ثم شجع الحاضرين على المناقشة وتوجيه الاسئلة بعد انتهاء البرنامج .

وإحدى المساوىء المزعومة للإذاعة في التثقيف الصحي هي أنها وسيلة أحادية الاتجاه ، إذ لايستطيع الناس توجيه الأسئلة ولا الرد على مايقال . وبعقد اجتماعات الاستماع يمكنك أن تحول هذا العيب إلى مزية .

همسة تحذير : لاتخش القول إنك لاتعرف . فلسوف تعد نفسك أحسن إعداد ما أمكن قبل البرنامج . ولكن قد يقال شيء لاتفهمه تماما أو قد يثار سؤال لاتحضرك الإجابة عنه . وقولك « لا أدرى ، ولكني سأبحث الموضوع » إجابة مقبولة دائما ، وهي أفضل من الإجابة التي قد تكون غير صحيحة .

إذاعة برنامجك المجتمعي بالراديو

إذا كنت تقيم بالقرب من محطة إذاعة محلية تعد برامجها بنفسها ، فقد يكون في إمكانك استخدام الإذاعة بطريقة مباشرة . فكثير من محطات الإذاعة المحلية تحتاج إلى أخبار مثيرة للاهتمام أو أحاديث في لقاءات شخصية أو رسائل خدمات عمومية ، شأنها في ذلك شأن الصحف المحلية .

وأخبار الإذاعة ، يجب أن تكون موجزة ، كأخبار الصحف ، بل في الحقيقة ربما ، أقصر من أخبار الصحف . ففي حالة التقرير الاخباري عن « المهرجان الصحي الخاص

بمحلة الأمير » ، قد تتضمن نشرة الأخبار الإذاعية الفقرتين الأولى والثانية فقط بالإضافة إلى قائمة أنواع التطعيم المقدمة . ولكن محطات الإذاعة ، على عكس الصحف ، قد تذيع الخبر نفسه عدة مرات خلال مدة معينة .

وفي كثير من الأماكن تتيح الأحاديث المذاعة في لقاءات شخصية فرصة خاصة . فإذا كان مجتمعك مقبلا على حملة هامة أو حدث هام ، وبصفة خاصة إذا كان رئيسك المسؤول الصحي مشهورا ويجيد الحديث ، فيمكنك أن تقترح على محطة الإذاعة أن تجري معه حديثا إذاعيا في لقاء شخصي .

وإذا قدر لهذا أن يحدث ، فالمحتمل أن ينتظر منك أن تضع قائمة بالأسئلة المقترحة التي توضح المعلومات التي تريد نقلها . ويلزمك أيضا أن تتأكد من أن رئيسك المسؤول الصحي أو المتحدث سوف يصل إلى محطة الإذاعة فى الوقت المناسب ليتم التعارف بينه وبين المذيع . كما يلزمك أيضا التأكد من أن الناس في مجتمعك مجتمعون حول جهاز الراديو للاستماع .

إعلانات الخدمات العمومية

إذا تيسر لك استخدام محطة إذاعة محلية ، فقد ترحب بإذاعة إعلانات خدمات عمومية قصيرة خاصة بالصحة . ويمكن لهذه الإعلانات أن تفي بأغراض كثيرة ، فقد تعلن عن حدث ، كمهرجان صحي أو برنامج تطعيم مثلا ، أو قد تقدم رسالات صحية موجزة للغاية لتذكير المستمعين .

وبعض الإعلانات وجيز جدا بحيث يستغرق ١٠ ثوان . ومع هذا ، فحتى هذه الاعلانات يمكن أن تكون مفيدة ، خاصة إذا أذيعت عدة مرات . ففي الاعلان الذي يستغرق ١٠ ثوان يمكنك أن تقول ما يأتي :

« هذا هو الأسبوع الصحي في محلة الأمير . فتذكرن ، أيتها الأمهات : أن لبن الثدي هو خير غذاء لطفلك »

وتستغرق إعلانات الخدمات العمومية الأخرى ٢٠ أو ٣٠ أو ٦٠ ثانية . وواضح أنك لاتستطيع تضمينها رسالة بالغة التعقيد . ولكنك تدهش مما يمكنك أن تقوله في دقيقة إذا كتبت النص بعناية .

حاول أن تكتب بضع رسائل صحية بالأطوال المختلفة السابق ذكرها . وهذا تمرين مفيد على اختيار أهم الكلمات والأفكار ، والتحقق من عدد الكلمات التي يمكنك إيجاد متسع لها في الوقت المحدد .

التليفزيـون

لا يلقى أي جهاز من أجهزة الإعلام ذلك الاهتمام المثير الذي يلقاه التليفزيون نظرا لما له من تأثير عظيم في الناس ، حيث يمكنه نشر المعرفة والتأثير في الرأي العام وتقديم أساليب جديدة للمعيشة . وفى الحقل الصحي وفي المناطق الحضرية بل وفي المجتمعات الريفية أيضاً ، أثبت التليفزيون أنه كان الداعي القوي للسلوك الصحي في كثير من الأحيان . وهذا القول صادق تماماً لاسيما عندما يتمكن العاملون الصحيون من « إدماج » برامج التليفزيون في أنشطتهم المحلية ، ونشر تأثيره في الناس من خلال المناقشات الجماعية ، على غرار ما سبق أن ناقشناه عند تناولنا للبرامج الإذاعية .

ولقد طرأ على التليفزيون شيء جديد له إمكانات هائلة في مجال التثقيف الصحي . ذلك هو استخدام أفلام الفيديو . ففي بعض المناطق النامية تستخدم الجماعات المحلية أفلام الفيديو لعرضها على جمهور محدود العدد وقد يكون (أو لايكون) وراء ذلك مصالح تجارية . بل أن هناك أماكن تعرض فيها سلسلة من أفلام الفيديو طوال اليوم ، ويحضر الناس العرض في شوق واهتمام وكأنهم ذاهبون إلى السينما .

هل تعرف ما إذا كان هذا الأسلوب مستخدماً في الأغراض الصحية في مجتمعك ؟ أو في مجتمعات أخرى ؟ هل تعتقد أن لهذا الأسلوب فائدة في التثقيف الصحي ؟ ماهي المشكلات التي تتوقعها في هذا الأسلوب ؟

المنشـورات

كثيرا ما يقال عن المثقفين الصحيين أنهم « يلقون الأحاديث ويوزعون الكتب » . ونحن نعلم أن هذا النقد مبالغ فيه . ولكن يجب أن نسلم بأنه في كثير من البرامج التثقيفية ، يركز الاعتماد أكثر مما ينبغي على توزيع مواد مكتوبة على شكل كتيبات أو كراسات أو نشرات بدون المساندة اللازمة على أمل أنها تقوم بالمهمة بمفردها .

إن المادة المكتوبة نادرا ما تؤدي بمفردها إلى السلوك الصحي حتى مع الجمهور ذي الثقافة الرفيعة. وهذا صحيح على الأخص إذا كانت المادة مليئة بالمصطلحات والعبارات التقنية التي لا يفهمها إلا المهنيون من العمال الصحيين ، أو إذا كانت الكتيبات قليلة الرسوم والصور التوضيحية ، وجملها طويلة ومعقدة ، ومطبوعة بحروف صغيرة . وللأسف ، إن هذا الوصف ينطبق على عدد كبير جداً من الكتيبات التي يوزعها المثقفون الصحيون على الجمهور .

وبديهي بالطبع أن هذه المادة أقل نفعا للقراء محدودي القدرة على القراءة . إن الاعتماد على الكتيبات أو الكراسات لأداء مهمة التثقيف الصحي كلها أو حتى الجزء الأعظم منها مآله الفشل .

الغـــرض منهـــا

على الرغم مما سبق ، فإن المواد المكتوبة يمكنها أن تفي بغرض مفيد في البرنامج التثقيفي . فيمكن للمواد المكتوبة أن تحقق مايلي :

- يمكنها تذكير الأفراد أو العائلات بالرسالة الصحية التي تعلموها بالفعل بطرق أخرى ، مثل أهمية حماية الأطفال من أمراض محددة .
- يمكنها التزويد بمعلومات إضافية عن مشكلة أو ممارسة صحيتين ، لمن يهتم اهتماما خاصا بهما .
- يمكنها بيان الخطوات الواجب اتباعها لتحقيق مرمى صحي معين مثل طريقة مزج الملح والسكر لتحضير مشروب تعويض السوائل الفموي .
- يمكنها مشاركة المعلومات مع أولئك الذين لم يتلقوها من طرق أخرى .

استخدام المواد المكتوبة في المجتمع

يحتمل أن لايوجد لديك ، بوصفك عامل صحة المجتمع ، إمكانات لإنتاج مادتك المكتوبة ، غير الملصقات البسيطة وصحف الحائط والنشرات وحيدة الورقة . وعلى ذلك فمهمتك هي أن تختار ، مما هو متاح ، أنسب المواد لاحتياجات مجتمعك ، وتقرر الطريقة التي تستخدمها بها بأعلى فعالية .

ويتطلب الاختيار أولا أن تعرف ماهو متاح . ويجب أن يكون المسؤول عن التثقيف الصحي على المستوى الإقليمي أو الوطني قادرا على أن يحيطك علما بالمواد المكتوبة عن موضوع معين وربما يرسل لك عينات منها . وتشمل المصادر الممكنة الأخرى للكتيبات المفيدة الجمعيات الطوعية والمهنية والمصادر التجارية . ولقد أعدت المنظمات الدولية مثل منظمة الصحة العالمية وصندوق الأمم المتحدة لرعاية الطفولة كراسات للمجتمعات المحلية عن عدد من الموضوعات (انظر قائمة الإطلاع بالصفحتين ٢٢٩ – ٣٠٠) .

وحالما تعرف ماهو موجود من المواد المكتوبة وكيف يمكن الحصول عليه ، يلزمك أن تسأل نفسك عدة أسئلة قبل أن تقرر استخدام كتيب معين .

- هل هو مكتوب بلغة وأسلوب يستطيع الناس في مجتمعي فهمها ؟
- هل هو موضح بالصور كما ينبغي ؟ وهل تبدو الصور مألوفة لجمهوري ومناسبة له ؟ وهذه مشكلة خاصة في حالة الكراسات المنتجة على النطاق العالمي فقد تبين منازل وملابس إلخ تظهر غريبة عن مجتمعك وغير مألوفة له ، وقد يتعارض هذا الاستغراب مع فائدة المنشور .
- هل يحتوي الكتيب على الرسالة التي أريد نقلها ؟ ولهذا السؤال أهمية خاصة في حالة الكراسات المنتجة تجاريا . فقد تكون جذابة ، وتقدم معلومات مفيدة ولكنها قد تحتوي أيضا على إعلان خفي معارض لغرضك .
- بفرض أن المتاح عدد قليل نسبيا من النسخ ، فكيف أستخدمها بأعلى فعالية ؟

وعموما ، إن الكتيبات والكراسات تكون في أحسن حال عندما تكون مختصرة ومكتوبة بلغة بسيطة ، ومليئة بالصور الجيدة ، وفوق كل ذلك ، عندما تستخدم لمساندة برنامج تثقيفي لا أن تكون هي الاساس .

الوسائل المحلية أو التقليدية

في كثير من البلاد يمكن توصيل الرسائل الصحية بوسائل تقليدية كالفن والمنادين والأغاني والتمثيليات ومسرح العرائس (الدمى) والرقص ، ونناقش هذه الوسائل فيما يلي :

الفـــن

إن أشكالاً مثل القلوب أو الحيوانات أو أوراق الشجر تحمل في طياتها معاني للناس . وتختلف المعاني من ثقافة إلى أخرى . فالبومة قد تعني الحكمة في ثقافة معينة أو الشر في ثقافة أخرى . وتستخدم حيوانات أخرى كرموز تمثل خصالاً معينة مثل الأمانة ، أو المهارة ، أو الكسل ، أو الشجاعة .

وللألوان معان . فالرسّام أو النسّاج يختار الألوان لغرض معين . فبعض الألوان تعتبر جالبة للحظ . وبعضها الآخر يعتبر أنسب من غيره للأطفال وبعضها يناسب الكبار . ومعاني الألوان تتراوح بين الشجاعة والجبن وبين الطهارة والشر . وبعض الألوان تستخدم في مناسبات خاصة .

تحدّث مع النسّاجين والرسامين والنحاتين وصانعي الأواني وغيرهم من الفنانين في مجتمعك المحلي . إكشف عن المعاني المتضمنة في بعض الأشكال ، والعلامات ، والحيوانات والنباتات والألوان . واستخدم هذه الرموز عند تصميم الملصقات أو الوسائل الأخرى التي تستخدم كمُعينات بصرية مثل اللوحات القلابة flipcharts واللوحات الوبرية .

فإن كنت تصمم ملصقاً عن أخطار الشرب من مياه الترع غير النقية فابحث عن العلامات والألوان والحيوانات التي تنطوي على معنى الخطر ، واستخدمها في رسم الملصق . وإن أردت تصميم ملصق عن التطعيم ، فاستخدم الألوان والرموز التي تعني الحياة والصحة ، والسعادة ، والنماء . إن رسالتك التثقيفية سوف تزداد وضوحاً لو استخدمت فيها الأشكال والرموز الفنية الشعبية .

اشرك الفنانين المحليين من أهل قريتك في تصميم الأدوات التعليمية وصنعها . ولعل هؤلاء الفنانين يصطحبونك إلى المدرسة كي يتعلم التلاميذ الصحة والفن معاً في نفس الوقت . وتحت إشراف الفنانين المحليين ، يمكن للأطفال أن يصمموا مشروعات فنية ذات مغزى صحي .



يستخدم منادي القرية صوته وطبوله وأحيانا الأجراس لنشر المعلومات الهامة في جميع أنحاء المجتمع . ويمكن لأصحاب الرأي في القرية أن يستخدموا منادي القرية للمساعدة على توصيل الأفكار والإعلانات المتعلقة بالصحة .

هل يمكنك ذكر أسماء الفنانين في مجتمعك المحلي ؟ ماهي أنواع الفنون الموجودة في هذا المجتمع ؟ لقد ذكرنا بعض هذه الأنواع ويمكنك الرجوع إليها . ماذا عن الفنون التي يمكنك أن تستمع إليها ؟ أن الشعر والموسيقى مثلان لهذه الفنون . هل يمكنك أن تذكر فنونا أخرى ؟

هل لديك نماذج من الفنون الشعبية في بيتك ؟ هل تدرك معاني العلامات والأشياء الموجودة في القطعة الفنية ؟ وكيف يمكنك أن تستغل هذه المعاني في برامجك التثقيفية ؟

منـــادي القريـــة

قبل اختراع الراديو والصحافة كانت للناس أساليب خاصة لنشر المعلومات والأنباء . وفي معظم المناطق الريفية لاتوجد صحف ، كما أن الإذاعات غالباً لاتنقل سوى الأخبار الإقليمية أو الوطنية . ومازالت في معظم القرى أساليب أخرى لنشر الكلمة عن الأحداث والأفكار الهامة . ومن هذه الأساليب نداءات منادي القرية .

الغـــرض منـــه

إذا أراد كبار البلدة أو القرية أو وجهاؤها نقل خبر إلى مجتمعهم على وجه السرعة فهناك أناس متخصصون يمكنهم مساعدتهم على ذلك . ووظيفة هؤلاء الناس هي نشر المعلومات والأخبار . وإذا كان لديهم ما يريدون إعلانه للناس فقد يستخدمون أجراساً أو طبولاً لجذب انتباه الناس . وقد تمثل دقات الطبول وغيرها من الأصوات رموزاً خاصة يفهمها الناس .

المـكان

إذا كانت القرية صغيرة ، فقد يذهب المنادي إلى مكان يتوسط القرية ، ويشرع في إعلان الرسالة الصادرة عن المسؤولين أو القادة . أما إذا كانت القرية كبيرة فإنه يطوف بين ربوعها . وفي المناطق الكبيرة قد يتعدد المنادون لضمان سرعة نشر الأخبار إلى كل أرجاء المجتمع . وكثيرا مايكون للنداءات وقع شبيه بوقع الأغاني .

الطـرائـق

قد يستخدم منادو القرية أصواتهم أو شتى أنواع الآلات الموسيقية ، وربما يستخدمون الصوت والموسيقى معاً .

المحـتوى

قد تكون الرسالة التي ينقلها منادو القرية دعوة كل الناس إلى التجمع في بيت عمدة القرية أو في قاعة الاحتفالات وذلك لعقد اجتماع هام . وقد تكون الرسالة نبأ من قرية مجاورة . وقد تكون تحذيراً من خطر داهم مثل تفشي أحد الأمراض . وقد يعلن منادو القرية خبر مولد طفل أو وفاة شخص من أهل البلدة .

الفائـدة التثقيفيـة

إن كثيراً من الرسالات التي عادة ما ينقلها منادو القرية لها صلة بالصحة ، وذلك أسلوب جيد . ولكن ليس فى إمكانك أن تطوف متغنياً بالرسالة بنفسك ، إذ أن الناس في القرية يعرفون من هو المنادي الحقيقي ، وربما لايكترثون بأي معلومة تأتيهم من

سواه . كما أنه ليس في وسعك أن تطلب من منادي القرية أن يبلغ الرسالة . فالمنادي عادة مايعمل بأمر من عمدة القرية .

ومن ثمّ فإن عملية إشراكك منادي القرية في تبليغ الرسالة تتم عن طريق قادة القرية الذين ينبغي أن تعمل معهم فى اتصال وثيق . وإذا كنت تعد برنامجاً صحياً للمجتمع ، عندئذ يكون في إمكان هؤلاء القادة أن يطلبوا من منادي القرية أن يساعدك . وفيما يلي بعض أمثلة الرسالات التى يمكنك أن تنقلها :

- تذكير الأمهات بأن تُطعِّمن أطفالهن .
- رجاء الناس أن يشتركوا في حملة نظافة .
- دعوة الناس أن يعملوا في مشروع من مشروعات المجتمع ، كحفر بئر مثلا .
- تحذير من الماء القذر أثناء تفشي الكوليرا (الهيضة) .

الأغــاني

يغني الناس ليعبروا عن الأفكار والمشاعر . فهناك أغانٍ عن الحب وعن الحزن . وقد تحكي الأغنية قصة شخصية مرموقة أو حادثة مشهورة . ومن الأغاني ماهو ديني ومنها ماهو وطني حماسي . وتُغَنَّى الأغاني لحمل الأطفال على النوم ، أو للاحتفال بمناسبة خاصة . كما يمكن الاستعانة بالأغاني في تعليم الناس . وبعض الأغاني تُغَنَّى بطريقة طبيعية تلقائية في بعض الثقافات ، وقد لايكون الأمر كذلك في ثقافات أخرى .

الغــرض منهــا

تستخدم الأغاني لتزويد الناس بأفكار عن الصحة ، فإن كان لحن الأغنية جذاباً فسيذكرها الناس ويذكرون معها المعلومات التي تتضمنها .

ويمكن استخدام الأغاني في بداية الحديث عن الصحة ، أو عند بدء الاجتماع أو البرنامج التثقيفي تبعا لما هو مألوف في الثقافة المحلية لبعث الحماس وإثارة الاهتمام . كما أن الأغاني تجعل الاجتماع ينتهي وسط جو من السرور والمرح .

حجم الجماعة

الجماعة قد تكون كبيرة أو صغيرة . ويمكن إذاعة الأغاني أيضاً عبر أثير الإذاعة حتى تصل إلى مناطق أوسع وإلى جمهور أكبر .

التمثيليات

تصور التمثيلية الحياة والناس وتروي قصة تنطوي في العادة على صراعات وانفعالات . ويعد الحدث والحوار بطريقة تسمح بأدائهما على المسرح مع بعض المؤثرات « المسرحية » .

الغرض منها

التمثيلية ، شأنها شأن القصة ، تجعلنا ننظر إلى سلوكنا ومواقفنا ومعتقداتنا وقيمنا ، في ضوء مايحكى لنا أو ما هو معروض أمامنا . والتمثيلية مشوقة ومسلية ، ذلك لأنك يمكن أن تراها وتسمعها . كما يمكن الاستفادة منها كمصدر لجمع المال اللازم لإقامة مشروعات الجهود الذاتية .

حجم الجماعة

تُقدَم التمثيلية عادة إلى جماعات كبيرة من الناس ويُقصَد منها أن تصل إلى المجتمعات بأكملها .

المحتوى

ترتكز التمثيلية على قصة . وقد تكون القصة واقعية أو شبيهة بالواقع . كما أن للقصة بداية ونهاية . والأفراد الذين يقومون بالتمثيل يعرفون القصة بأكملها ، لكن الجمهور لايعرفها .

وتقوم التمثيلية على شخصيات هم الأشخاص الذين يؤدون الأدوار المختلفة في القصة . ويمكن أن يوجد أي عدد من الشخصيات .



هذه ثلاثة مشاهد تمثيلية أعدَّتها إحدى جماعات المجتمع . ويستطيع الناس تعلم الكثير عن الصحة من خلال مشاهدتهم للتمثيل . كما يمكن للناس أن يشتركوا في التمثيلية إما بالإعداد لها أو بالتمثيل فيها . وهذه التمثيلية تدور حول رجل يسيء استعمال الدواء . وفي كل مشهد من هذه المشاهد تحاول كلٌّ من أسرته وأصدقائه الوصول إلى طريقة لحل مشكلته .

وللتمثيلية مشاهد ، فلو أنها مُثِّلت كما تجري الأحداث في الحياة الواقعية لاستمرت عدة أيام . ولكنها تستغرق عادة ساعتين أو أقل من ذلك ومن ثمّ فهي تُقسَّم إلى مَشاهد أو أحداث قصيرة هامة .

ويمكن أن يكون للتمثيلية رسالة . فقد يكون لها نهاية محددة عندما تُحل جميع مشكلاتها على نحو حسن أو سيء . وعندئذ تكون رسالة التمثيلية أو العبرة المستخلصة منها واضحة . ولكن النهاية فى بعض التمثيليات تكون غير محددة . فتتوقف أحداثها قبل أن تُحل المشكلة . وهذا يحمل الجمهور على إعمال الفكر . ويجعلهم يتساءلون عما قد يحدث في النهاية ويأخذ بهم الفضول وحب الاستطلاع عن الشخصيات كل مأخذ . وبعد نهاية مثل هذا النوع من التمثيليات يحلو للناس مناقشة القصة والتحدث عنها .

وحيث إن رسالة هذه التمثيلية غير واضحة فإن الناس يتساءلون فيما بينهم ، « ما الذي كنت سأفعله بعد ذلك لو أنني كنت هذه الشخصية ؟ » وهذا يساعد الناس على ممارسة مهارات إتخاذ القرارات .

أنــواع التمثيلــات

التمثيلية الشعبية

في كثير من الثقافات توجد تمثيليات شعبية تُمثَل أثناء المهرجانات وفي مناسبات خاصة من العام . وعادة ماتتركز هذه التمثيليات على حياة وأعمال الأسلاف ، والجان وعظماء التاريخ . وللتمثيليات الشعبية مغزى أو رسالة موجهة إلى المجتمع . وربما توجد سبل لربط هذه الرسالة بالصحة . وتتصل هذه التمثيليات اتصالاً وثيقاً بقيم المجتمع ومعتقداته ، مما يجعل الناس يشعرون بصلة وثيقة بثقافتهم ومجتمعهم حين يشاهدونها وينجم عن هذا الشعور نوع من التداعم الاجتماعي . ويمكن أداء التمثيليات الشعبية ذات المغزى الصحي كجزء من برامج التثقيف الصحي للمجتمع . ولعل في إمكانك أن تكتب تمثيليات خاصة بك على نهج التمثيليات الشعبية .

التمثيليــات الحديثــة

يمكنك أن تكتب تمثيليات عن الناس في الوقت الحاضر . خُذ إحدى قصصك الخاصة بالتثقيف الصحي وحوّلها إلى تمثيلية . ويمكنك أن تكتب عبارات وأفعال كل شخصية من الشخصيات . ولكي تثير مزيداً من الاهتمام والمشاركة . يمكنك أن تجمع مجموعة صغيرة من الناس الراغبين في التمثيل وتطلعهم على القصة ، وتجعلهم يختارون الشخصيات التي يحبون أن يتقمصوها ، وأطلب من أفراد الجماعة أن يؤلفوا بأنفسهم عبارات وأحداث التمثيلية استناداً إلى قصتك .

الأدوات المطــلوبــة

الثيــاب أو المــلابس

ما الذي سيرتديه الممثلون ؟ يجب أن يرتدي الممثلون الملابس الطبيعية المألوفة للشخصيات التي يؤدونها . فالمزارعون ورجال الأعمال والمدرسون ورجال الدين

يرتدون أنواعاً مختلفة من الملابس . ويمكنك أن تصنع ملابس خاصة ليرتديها الممثلون ، لكن قبل ذلك عليك أن تبحث عما إذا كان لديهم بالفعل ملابس مناسبة أو إذا كان في إمكانهم استعارتها .

المنــاظــر

أين تجري أحداث القصة : أفي مزرعة ، أم في بلدة ، أم في داخل بيت ؟ عليك أن تعرّف الجمهور بمكان الأحداث . ويمكنك أن تستعير الأثاث اللازم أو أن ترسم لوحات كبيرة على ورق أو خشب تصور مكان الأحداث . ولاتنفق الأموال الطائلة على صنع المناظر . بل إنه في إمكانك أن تكتفي بإخبار الناس عن مكان حدوث القصة . وتطلب منهم أن « يتصوروا » منظر مكان الأحداث في مخيلتهم .

أدوات أخــــرى

ماهي الأعمال المختلفة التي تؤديها مختلف الشخصيات : هل هي الطبخ ، أم الحياكة ، أم النجارة ، أم الفِلاحة ؟ اجمع أو استعر الأدوات التي تحتاجها الشخصيات لتستعملها في التمثيلية حتى يبدوا واقعيين أثناء تمثيلهم . فقد يحتاج القائم بدور المزارع مثلاً إلى معزقة أو إلى مدية . وقد تحتاج زوجته إلى أوان للطهو .

الممثــلون

إبحث بين أفراد المجتمع عن الناس المهتمين بالتمثيل ، والذين لايرهبون أداء الأدوار أمام الجمهور ، والذين ينطقون الألفاظ بوضوح . ويمكن إشراك تلاميذ المدارس بنجاح في التمثيلية باعتبارها جزءاً من أعمال الصحة المدرسية .

الدعــايــة

يمكنك أن تستعين بالملصقات أو بمنادي القرية لتُعرِّف الناس بموعد التمثيلية ومكانها ومغزاها . وحبذا لو وضعت للتمثيلية عنواناً جذاباً . بذلك يتمكن الناس من معرفة موضوع التمثيلية . فإن كان العنوان جذاباً ، أثار فضول الناس وحملهم على مشاهدتها .

تنظيم العرض

يجب أن يتمرن الممثلون على التمثيل حتى يعرف كل شخص دوره . ويمكنك أن تطلب من بعض الأصدقاء أن يشاهدوا التمرين ، ويبدوا تعليقاتهم عليه . وهذا أسلوب من أساليب الاختبار المبدئي .

وتأكد من أن كل الأدوات اللازمة قد توافرت لك مقدماً . اختر مكاناً لعرض التمثيلية . وإن كانت التمثيلية تستغرق أكثر من ثلاثين دقيقة فسوف يحتاج الجمهور إلى الجلوس . ويمكن عرض التمثيلية إما في داخل أحد المباني أو خارجه . وهذا يتوقف على حالة الطقس . ويمكنك أن تستخدم قاعة احتفالات البلدة ، أو المدرسة ، أو غيرهما من أماكن الاجتماعات العامة . ويمكن للجمهور أن يجلس على سفح تل في التمثيليات التي تقدم في العراء . وفي الواقع ، إنه في مقدورك أن تقدم التمثيليات في أي مكان ، إذ يمكن عرض التمثيليات القصيرة في الأسواق أو في ساحة البلدة . فالناس يتجمعون عندما يحدث شيء مثير ملفت للانتباه .

وتأكد من أن كل شخص يمكنه رؤية التمثيلية وسماعها . وربما يقتضي منك الأمر إعادة عرضها عدة مرات إن كانت قريتك كبيرة ، فالإعادة تتيح لكل شخص الفرصة لمشاهدة التمثيل .

المشاركة والتعلم

تهيء التمثيلية فرصة سانحة أمام الناس للمشاركة ، فكما رأينا ، يمكن لبعض الناس أن يقوموا بالتمثيل ، ويمكن لبعضهم أن يصنع الملابس والمناظر أو يعيرها ، ويمكن للبعض الآخر أن يصمم الملصقات أو الإعلانات . فهناك ، إذن ، كثير من الأعمال المتباينة التي يمكن أن تدخل في تكوين فريق ناجح .

إن الممثلين وكل من اشتركوا في الإعداد سوف يتعلمون من التمثيلية بفضل مشاركتهم المباشرة فيها . وفضلاً عن تعلُّم الرسالة الصحية ، فإنهم سوف يتعلمون عدداً من المهارات أيضاً ، مثل مهارات التخطيط والتواصل .

وسوف يستمتع الجمهور بمشاهدة التمثيلية ، ولكن عليك أن تتيقن من إنه يتعلم أيضاً ، ولذلك ، فبعد نهاية التمثيل ، اطلب من الممثلين أن يجروا مناقشة مع الجمهور . ويمكن تبادل الأسئلة مرات ومرات حتى تساعد الناس على التعلم .

مسرح الدُمى (مسرح العرائس)

إن عروض مسرح الدمى شبيهة إلى حد كبير بالتمثيليات . والفرق الرئيسي بينهما هو أن الدُمى هي التي تقوم بالتمثيل . ومع ذلك ، فوجود الناس ضروري فهم الذين يجعلون الدُمى (العرائس) تتحرك وتتكلم .

الغـرض منـه

مَسرح الدمُى ، مثله مثل القصص والتمثيليات ، يعرض أمثلة لأساليب تصرف الناس في الحياة الواقعية ، ويحملنا على ألتفكير في ما هو مفيد وماهو ضار بالصحة .

استخدامات الدُمى

تُصنع الدُمى لتبدو على شكل أناس أو حيوانات صغيرة الحجم ، مع ذلك فالدُمى تتصرف وكأنها أناس حقيقيون وتشترك في سلسلة من الأحداث تتمخض عن صراعات ومشاكل . وحيث إنه يمكنك صنع الدُمى على شكل حيوانات ، فإنك تستطيع أن تستخدمها في تمثيل الاساطير. بل إنك تستطيع أن تستخدم الدمية فى تقديم حديث عن الصحة .

حجـم الجمـاعـة

حيث إن الدُمى صغيرة الحجم عادة ، فيُفضَل أن تقدم إلى جماعات صغيرة تبلغ حوالي عشرين شخصاً . وبذلك يتمكن كل شخص من الاقتراب من العرض ورؤية مايحدث . وبالطبع يمكنك أن تصنع الدُمى إما كبيرة في حجم الأطفال وإما صغيرة في حجم الفئران . والأطفال عادة يحبون الدُمى . والآباء أيضا يحبونها ويتمتعون بمشاهدتها معهم . وهناك أنواع كثيرة من الدُمى وإليك ثلاثة أنواع شائعة منها :

الدُمى اليدويـة

تصنع هذه الدمى من قماش . وعليك أن تضع يديك في داخل الدُمية لتحرك يديها وفمها . يمكنك أن تحتضن الدُمى على حجرك أو أن تجلس خلف منضدة تستخدمها كمسرح تقف عليه الدمى ، أو يمكنك صنع مسرح باستخدام صندوق ، وقطع من القماش لصنع الستائر .



من السهل على الأطفال صنع الدُمى اليدوية واستعمالها . ويمكن تشجيع الأطفال على تأليف قصص عن الصحة ثم تمثيلها مستخدمين الدُمى .



هذه دُمى تتحرك بالخيوط . يقف شخصان أو ثلاثة في مكان عال ويجذبون الخيوط فيحركون الدمى . ومسرح العرائس مثله مثل التمثيليات يحتاج إلى ملابس ومناظر لإقامة العرض .

الدمـــى الخيطيـــــة

لهذا النوع من الدُمى خيوط مربوطة بذراعيها ورجليها ورأسها وفمها . فتقف أنت في مكان يعلو الدُمى وتحركها . ويمكن صنع الدُمى الخيطية من الخشب والقماش والورق المقوى وغير ذلك من المواد المألوفة . ويمكنك أن تستعين بالفنانين المحليين مثل نحّاتي الخشب في صنعها .

دُمـى الظـل

هي قطع مسطحة من الورق ، أو الخشب أو المعدن ، تُصنع على شكل حيوانات أو بشر . وتُدهن هذه الدُمى وتُزين بوجوه وملابس . وتُلصَق بذراعيها ورجليها عُصيٌّ لتمكنها من الحركة .

وعند تسليط الضوء على هذه الدُمى تسقط ظلالها ، فتبدو كبيرة على حائط أو شاشة من خلفها . وتستخدم هذه الدمى إما في الليل وإما في غرفة مظلمة .

وهناك فكرة أخرى مشابهة ، وهي أن توضع الدُمى خلف ملاءة بيضاء أو ستار خفيف . ويسلط الضوء عليها من الخلف ليظهر ظلها على الملاءة أو الستار . ولايرى الجمهور هنا إلا الظلال ، لذلك لاداعي لدهان الدُمى بالألوان .

الإعـداد لعرض الدُمى

تنطبق نفس خطوات الإعداد للتمثيلية على الإعداد لعرض الدُمى . وهذه الخطوات هي : اختيار القصة والعبارات والأفعال ، ورسم المناظر وتلوينها إذا لزم الأمر حتى لو كان العرض قصيراً ، واختيار المكان المناسب للعرض وتشجيع الناس على المشاركة والمناقشة . ولابد من القيام بكل هذه الخطوات بدقة وعناية .

الرقـص

يمكن للناس أن يتناقلوا الأفكار فيما بينهم عن طريق حركاتهم البدنية . ويحدث ذلك عندما تلوح بيدك أو تغمز بعينك . ففي بعض الثقافات تستخدم الرقصات الشعبية لتحكي قصة من القصص .

وبعض الرقصات لا يروي قصة محددة وإنما يعبر عن أحداث أو مناسبات معينة ، كأن تكون هناك رقصات خاصة بمناسبة ميلاد الأطفال أو الجنازات . وقد تكون هناك رقصات خاصة بموسم بدء الزراعة لتعبر عن الرجاء في أن تصبح الأرض مخضرة والمحاصيل أكثر إنتاجية . وربما تؤدى الرقصات عند الحصاد لتقديم الحمد والشكر ، فمثل هذه الرقصات توصّل معاني وأفكاراً معينة .

الغـــرض منـــه

جمع الناس في جو من الألفة والسعادة ، وإشاعة الإحساس بالتآزر ، فضْلاً عما توصّله الرقصات من معان .

حجـم الجماعـة

إذا كان الرقص هو إحدى وسائل التعبير في البيئة الثقافية التي تعمل فيها فاستخدمه بالإضافة إلى التمثيليات أثناء إلقاء حديث صحي أو في اجتماع بالنادي لتوصيل الأفكار المناسبة ومشاعر التأييد .



الرقص والموسيقى أسلوبان تقليديان لتوصيل الأفكار فحركات الأيدي والجسم تنقل الرسالة إلى المشاهدين . ويمكن استخدام الطرق التقليدية لنقل الرسالة الصحية .

الملخــص

تستلزم روح الرعاية الصحية الأولية وأسس التثقيف الصحي اعتماد المجتمع على نفسه في التنمية الصحية . وبناء على ذلك يجب أن تعد برامج التثقيف الصحي بالاشتراك مع المجتمع اشتراكا فعالا . فهذا يضمن أن تعكس البرامج الواقع المحلي وتفي بالاحتياجات المحلية وتستخدم الموارد المحلية . ولما كان من غير المفيد وضع دليل للتثقيف الصحي يروج صياغة برامج نمطية ، فإن هذا الدليل الذي بين أيدينا ، يزود القراء بالمعرفة والمهارات التي تساعدهم على وضع البرامج الوثيقة الصلة بالوضع المحلي . وبعد أن تتم للقراء دراسة الدليل يجب أن يكونوا قد اكتسبوا (١) فهما للجانب الإنساني والإجتماعي للصحة والمرض ، (٢) تقديرا لقيمة إشراك الأفراد والمجتمعات في التخطيط لأنفسهم ، (٣) المهارات التي تسهل هذه المشاركة .

وعند هذه النقطة ينبغي للقراء أن يكونوا قادرين على ذكر أمثلة محددة للطرق التي يؤثر بها سلوك الناس في صحتهم وفي حالة مجتمعهم الصحية . ويجب أن يكون في مقدورهم أيضا اكتشاف أسباب هذه السلوكيات حتى يمكنهم تصميم وتطبيق أنسب طرائق واستراتيجيات التثقيف الصحي .

ولقد أُكدت أهمية خطوات التخطيط مثل تشخيص مشاكل المجتمع ، ووضع الأهداف ، وتعبئة الموارد ، وطرق الاختيار ، ووضع البرنامج الزمني للأنشطة ، ورصد التقدم ، والتقييم . وتثمر هذه الإجراءات أعظم برامج التثقيف الصحي فعالية عندما يشارك أفراد المجتمع تماما في كل خطوة طوال الطريق . وهذا يساعد المجتمع على تعلم المهارات الأساسية لحل المشاكل التي يمكنه استخدامها لمساعدة نفسه مستقبلا .

ولقد بيّن هذا الدليل أنه تمكن ممارسة التثقيف الصحي على مستويات كثيرة وفي بيئات كثيرة . فالتثقيف الصحي وثيق الصلة ببرامج النهوض بالصحة والوقاية والإكتشاف والمعالجة والتأهيل . وتمكن ممارسته مع الأفراد والعائلات والجماعات والمجتمعات. وقد يحتاج العمال الصحيون أنفسهم أيضا إلى التثقيف لتحسين الطرق التي يتبعونها في خدمة الجمهور .

ويجب ألا يقتصر التثقيف الصحي على بيئة معينة . فيجب تركيز الاهتمام على المدارس والتنظيمات الإجتماعية والعيادات ومواقع العمل والمجتمع كله . فالناس في كل بيئة من هذه البيئات لهم احتياجاتهم الخاصة التي يستطيع التثقيف الصحي مواجهتها .

وثمة مسألة هامة أخرى أثيرت في هذا الدليل ، هي أن التثقيف الصحي يتكون من مجموعة عريضة التنوع من الاستراتيجيات والطرائق . وسبب ذلك أن المشاكل الصحية متعددة الأسباب الممكنة . فاستراتيجيات التوعية العامة تساعد على زيادة المعرفة الصحية . وتنظيم المجتمع يساعد الناس على اكتساب الإمكانيات الصحية الأساسية . واستراتيجيات المساندة الإجتماعية تؤدي إلى حث العائلة والأصدقاء على تعزيز العمل الصحي . ويستحسن في العادة اعتماد تشكيلة من الاستراتيجيات . وعلى الرغم من أن اختيار الاستراتيجيات قد يختلف من مشكلة إلى أخرى ومن مجتمع إلى آخر ، فإنها جميعا تسعى إلى غاية أساسية وهي أن التثقيف الصحي يجب أن يحسّن قدرة الناس على إتخاذ القرارات والإجراءات اللازمة لحل مشاكلهم .

وختاما ، يجب التأكيد مرة أخرى بأنه يجب على القراء أن يتمتعوا بالحرية الكاملة في مواءمة هذا الدليل ليناسب احتياجات بلادهم . ولقد ترجمت المسودة المبدئية ، فعلا ، إلى لغات أخرى في بعض البلدان التي اختبرت فيها . ولسوف يكون هذا الدليل مفيدا في برامج التدريب ، وكدليل للممارسين . وعلى ذلك فيجب تعديل الأمثلة والقصص والصور واختيار الألفاظ لتتوافق مع البيئة الإجتماعية والثقافية والتنظيمية . وإذا استطاع هذا الدليل حث القراء على وضع برامجهم الخاصة الفريدة للتثقيف الصحيح فإنه يكون قد حقق الغرض منه .

قائمـــة الإطـــلاع

Alma-Ata 1978 primary health care. Geneva, World Health Organization, 1978 ("Health for All" Series, No 1).

Community involvement in primary health care. Report of a workshop held in Kintampo, Ghana, 3-14 July 1978 Geneva, World Health Organization, 1979.

Global strategy for health for all by the year 2000. Geneva, World Health Organization, 1981 ("Health for All" Series, No 3).

Health programme evaluation guiding principles. Geneva, World Health Organization, 1981 ("Health for All" Series, No 6)

OFUSU-AMAAH, V. *National experience in the use of community health workers a review of current issues and problems.* Geneva, World Health Organization, 1983 (WHO Offset Publication, No 71).

MCMAHON, R. ET AL *On being in charge. a guide for middle-level management in primary health care.* Geneva. World Health Organization, 1980.

The community health worker. Geneva, World Health Organization, 1987.

UNDP/WORLD BANK. *Methods for gathering socio-cultural data for water supply and sanitation projects:* TAG Technical Note No 1, Washington, The World Bank, 1983.

UNICEF/WHO Joint study on water supply and sanitation component of primary health care, Geneva, 1979 (document JC22/UNICEF/WHO/79.3).

UNICEF/WHO *Primary health care· the community health worker.* Report on a UNICEF/WHO Inter-regional Study and Workshop (Kingston, Jamaica) 1979/1980 (document PHC/80.2).

UNICEF/WHO JOINT COMMITTEE ON HEALTH POLICY *Community involvement in primary health care a study of the process of community motivation and continued participation* Report for the UNICEF/WHO Joint Committee on Health Policy, Geneva, 1977 (document JC21/UNICEF-WHO/77.2)

WERNER, D. & BOWER, B. *Helping health workers learn.* Palo Alto, California, The Hesperian Foundation, 1982.

WHO Eastern Mediterranean Regional Office. Health education with special reference to the primary health care approach. *International journal of health education,* 1978, **21**(2) supplement.

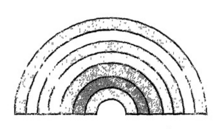
WHO/TDR. *Community participation in tropical disease control. social and economic research issues.* Geneva, World Health Organization, 1983 (document TDR/SER-SWG(4)/CP/83.3).

WHO Technical Report Series, No. 89, 1954 (*Health education of the public· first report of the Expert Committee*).

WHO Technical Report Series, No. 633, 1979 (*Training and utilization of auxiliary personnel for rural health teams in developing countries*)

WHO Technical Report Series, No. 690, 1983 (*New approaches to health education in primary health care:* report of an Expert Committee).

WHYTE, A. *Guidelines for planning community participation in water and sanitation projects*. Geneva, World Health Organization, 1986 (WHO Offset Publication, No. 96).



سوف يساعد هذا الدليل عمال صحة المجتمع على تقديم التثقيف الصحي المناسب الذي تستخدم فيه الموارد المحلية ، ويشارك فيه الأهالي المحليون . وهو يعالج العلاقة بين السلوك والصحة ودور التثقيف الصحي في مساعدة الناس على اختيار أساليب الحياة الصحية .

وهو يتناول بالمناقشة سبل العمل مع الناس لإقامة علاقات طيبة ، وتعزيز التواصل الواضح ، والحث على المشاركة ، واجتناب التحيز . كما أن مبادىء التخطيط للتثقيف الصحي في مجال الرعاية الصحية الأولية مقدمة بإيجاز في هذا الدليل .

ويصف الدليل طرائق التثقيف الصحي المناسبة للعمل مع الأفراد والجماعات والمجتمعات الكاملة ، ويعطي إرشادا تفصيليا لاستخدام هذه الطرائق وكيف تواءم لتناسب الاحتياجات المحلية .

ويعالج الفصل الأخير « توصيل الرسالة الصحية » التواصل الفعال والطرائق الفعالة لاستخدام وسائل الإعلام .



ISBN 92-9021-071-0

الثمن : ٣٤ فرنكا سويسريا